

Dr. med. Rainer Bohlayer

Arzt – Akupunktur – Psychotherapie – Homöopathie
Tätigkeitsschwerpunkt: Chinesische Medizin, Qigong

Marktstr. 12 – D-76275 Ettlingen

Tel. +49(0)7243/6059789

Internet: www.tcm-ettlingen.de

Email: bohlayer@tcm-ettlingen.de

Heilung aus dem Innersten des Menschen – das heilende Feld

Vortrag auf der PsySoMed-Tagung des Landesverbands für Psychotherapie in Eisenstadt/Österreich am 17.10.2009 unter dem Leitthema

„Ressourcenorientierte Gesundheits- und Lebenskonzepte in Zeiten gesellschaftlichen Umbruchs“

Liebe Frau Melchart, meine sehr geehrten Damen und Herren,

ich danke Ihnen für die Gelegenheit, hier in Österreich über ein Herzensanliegen in meiner Arbeit sprechen zu können. Ich möchte mit Ihnen erkunden, was Heilung im Tiefsten ausmacht, jenseits aller medizinischen und psychotherapeutischen Methoden.

Heilung, Heil-Sein

Heilung, Heil-Sein, was ist das? Sicher mehr als Gesundheit und Wohlbefinden! Heilung kann geschehen durch das Einschwingen in den großen Rhythmus der Natur und in Resonanz mit dem Kosmos und dem schöpferischen Prinzip. Heilung ist also kein einmal erreichter endgültiger Zustand, sondern bedeutet auch, ständig in innerer Bewegung zu sein, ein andauerndes Fließen (das panta rhei der Griechen). Daher verlangt Heilung, Starrheit und Anklammern an vermeintliche Sicherheiten abzulegen und sich nicht dem ewigen Fluss des Lebens entgegen zu stemmen, sondern sich von ihm tragen zu lassen. In der chinesischen Philosophie, der ich über die chinesische

Medizin sehr verbunden bin, bedeutet Heil-Sein der stete harmonische Wandel der Polaritäten von Yin und Yang im großen heilenden Feld zwischen Himmel und Erde. In den Übungen des Qigong wird dies konkret erlebbar z. B. im weichen, wechselseitigen Steigen und Sinken oder sich Öffnen und Schließen der Bewegungen sowie im freudigen sich Verströmen und dankbaren Hineinnehmen des Atems, wobei der Übende gemäß dem Prinzip des wu wei, des Tuns im Nicht-Tun absichtslos einem Willen folgt, der nicht sein persönlicher Wille ist.

Die etymologische Herkunft des Wortes „Heilung“

In unserer Sprache spiegelt sich eine tiefe Weisheit wider, deshalb zunächst ein Blick auf die Herkunft des Wortes Heilung. *Heilung*, *heil* und *heilig* haben ihren Ursprung in den germanischen Sprachen, wo das Adjektiv *heil* „gesund“, aber auch „ganz“ und „unversehrt“ bedeutet, wie es auch in der Kindersprache oder im englischen Wort *whole* – ganz und davon abgeleitet *holy* - heilig zum Ausdruck kommt.

Das Substantiv *Heil* bezeichnet „Glück“ oder „ein glücklicher Zufall“. Die Verwendung des Verbs *heilen* erfolgt interessanterweise sowohl

- transitiv, das heißt mit einem Objekt, also „etwas oder jemanden heilen im Sinne von „heil-machen“ als auch
- intransitiv nur mit einem Subjekt, also z. B. „die Wunde heilt“ im Sinne von „heil-werden“.

Heilung hat danach einen aktiven Aspekt äußeren therapeutischen Tuns und einen eher rezeptiven Aspekt des Zulassens von Heilung, die mir durch einen glücklichen Zufall aus einer anderen Quelle geschieht, mir „zu-fällt“. Schon hier wird aus der Sprache deutlich, dass Heilung nicht machbar, nicht zu erzwingen ist, aber immer möglich ist, wenn Patient und Arzt sich dafür öffnen können.

Die nahe Verwandtschaft von *heil* und *heilig*, weist uns auch darauf hin, dass Heilung und Heil-sein einen Bezug zur göttlichen Sphäre haben. Das Glück der Heilung geschieht aus einer Quelle jenseits der menschlichen Ebene des personalen Bewusstseins. Heilung, so verstanden, macht mich ganz, vollständig, da ich Anschluss finde an mein höheres Selbst, an das universelle Bewusstsein.

Leben in einer Zeit des Umbruchs

Frau Melchart hat in der Einführung zum heutigen Thema Bezug genommen auf die gegenwärtige Umbruchsituation, in der sich die Gesellschaft und damit jeder Einzelne

von uns wieder finden. Eine Umbruchsituation, egal ob sie von außen oder von innen angestoßen wird, bedeutet immer auch eine Krise. Eine bis dahin ruhige Entwicklung kommt an ihr Ende und wird abrupt angehalten. Es droht Stillstand, symbolischer Tod - oder - ich nutze die Krise als Chance, wage den „Bruch“ und sehe darin einen Wendepunkt hin zu einer neuen Ausrichtung des Lebens.

Umbruchsituationen, die von außen kommen

Betrachten wir zunächst die Umbruchsituationen, die von außen angestoßen werden, z. B. durch die globale Wirtschaftskrise oder die drohende Klimakatastrophe. Durch die sich überstürzenden Veränderungen bricht für viele Menschen der vorgezeichnete Lebensweg weg, Abgründe tun sich auf. Das macht Angst, Angst vor der Zukunft und Angst um das eigene Dasein.

Wie nie zuvor ist die ganze Menschheit gleichzeitig betroffen und reagiert mit Angst. Kollektive Angst ist aber ein schlechter Ratgeber, wir verlieren sowohl die Fähigkeit zur rationalen Überlegung als auch zum Handeln aus dem innerem Wissen der Intuition heraus.

In der Sprache der Chinesischen Medizin ausgedrückt, geht durch Angst, Schock und Trauma im Mikrokosmos des Menschen die energetische Kommunikation auf der tiefsten Lebensachse, die von Herz und Nieren gebildet wird, verloren, damit auch der ständige, Leben erhaltende Ausgleich zwischen den dazugehörigen Elementen Feuer (Herz) und Wasser (Niere).

Auf den Makrokosmos bezogen, verliert der Mensch in dieser Situation die Anbindung an die Natur und die Ausrichtung zwischen Himmel und Erde. Himmel steht in der Chinesischen Philosophie für die Sphäre des schöpferischen Bewusstseins und des geistigen Prinzips, Erde steht für die empfangende Materie und das körperliche Prinzip. In diesem Sinn werde ich die Begriffe Himmel und Erde auch im Weiteren verwenden. Leben entsteht und erhält sich durch die gegenseitige Durchdringung von Himmel und Erde. Haben wir daran nicht mehr teil, empfinden wir uns als getrennt, einsam in der Angst und spüren sowohl den tiefen seelischen Schmerz des allein gelassenen Kindes als auch den körperlichen Schmerz und die Krankheitssymptome der stagnierenden Lebensenergie.

Umbruchsituationen können auch von innen kommen

Vom Augenblick der Zeugung bis zum Tod ist das menschliche Leben in seiner Entwicklung auf allen Ebenen einem andauernden Wandel unterworfen. Der Mensch befindet sich auf einem spiralförmig angelegten Entwicklungsweg, der uns ständig zu Wachstum herausfordert.

Es gibt dabei krisenhafte Zeiten des Umbruchs, wo sich die kontinuierliche Wandlung extrem beschleunigt, vergleichbar mit dem nötigen Anlauf, um den Sprung zur nächst höheren Entwicklungsstufe zu schaffen.

Allerdings wird die Anpassungsfähigkeit des Organismus in diesen Lebensphasen bis an die Grenze beansprucht, so z. B. in den Übergängen der Geburt, Pubertät, Familiengründung oder der midlife-crisis usw.

Die Auseinandersetzung mit den jeweiligen inneren Themen konfrontiert den Menschen mit erheblichen Schwierigkeiten und Hindernissen, dies sind gefährliche Stromschnellen im Lebensfluss mit der Gefahr, Schiffbruch zu erleiden. In der Krise scheuen wir zunächst Veränderungen, wir stemmen uns verzweifelt gegen den reißenden Strom, um nicht unterzugehen. Entsprechend entwickeln wir häufig Krankheitssymptome, da wir nicht bereit sind, Altes und Überlebtes aufzugeben. Auch die Weisen des Ostens fordern dazu auf, uns vertrauensvoll einzulassen und uns mit Leichtigkeit in den Strom zu begeben, der aus der Quelle des Dao gespeist wird und das Leben erhält. Dao, die „Leere hinter der Leere“ nach Laotse meint das ewige Wirk- und Schöpfungsprinzip. Es ist zugleich die Potentialität aller Formen als auch die Kraft, die die gesamte manifeste Welt im innersten durchzieht.

In jedem Umbruch, gleichgültig, ob von außen aufgezwungen oder Ausdruck einer inneren Entwicklungsnotwendigkeit, müssen wir also lernen, loszulassen. Loslassen bedeutet aktive Arbeit und ist mit einem Trauerprozess verbunden, der notwendig ist und nicht unterdrückt werden sollte. Er unterstützt den ablösenden Prozess, der wie die Arbeit eines Bildhauers den echten Kern unseres Selbst freilegt, um dort innere Gewissheit zu erfahren, die unseren Mut belebt. Den Sprung in den Strom des Lebens zu wagen, heißt, das Ungewisse zu akzeptieren - auch, sich einer höheren Weisheit, einer höheren Instanz anheim zu geben im Vertrauen darauf, dass uns der Fluss zu neuen fruchtbaren Landschaften trägt. Manchmal ist es ein Sprung ohne Netz und doppelten Boden, oft hält uns jedoch glücklicherweise ein Netz liebender und fürsorglicher Menschen.

Umbruchsituationen infolge von Krankheiten

Schließlich erzwingen auch körperliche oder psychische Krankheiten eine Umbruchsituation. Die Harmonie der Lebensenergien wurde allmählich oder plötzlich gestört, die Symptome der Krankheit sind Versuche des überforderten Körpers zur Eigenregulation. Dem kranken Menschen ist die Mitte in der Anbindung an Himmel und Erde verloren gegangen, er vermisst schmerzhaft die Sicherheit der Erde und die innere Führung durch den Himmel.

Im Umbruch der zuvor beschriebenen Entwicklungskrise will das Leben eigentlich nach vorn stürmen und unterstützt den Sprung. Der Umbruch durch eine Krankheit ist schwieriger, der Mensch ist geschwächt, eben weil oft ein nötiger Entwicklungsschritt zuvor nicht getan werden konnte. In diesem Fall ist es nötig, die Selbstheilungskräfte zu wecken und zu stärken. Die Behandlung ist nicht das, was heilt, aber sie kann Heilungspotentiale, die im Menschen selbst liegen, anstoßen.

Heilung geschieht aus dem Urgrund

Wenn sich der Arzt in einem erweiterten Selbstverständnis als Werkzeug im Dienst eines Größeren Ganzen versteht, dann kann seine Behandlung auch Heilung vermitteln, eine Heilung, die aus dem Urgrund des ungeteilten Einen kommt. Es ist unsere Pflicht als Arzt oder Therapeut, uns selbst um die Anbindung an dieses göttliche Prinzip zu bemühen, vielmehr: sie zuzulassen, da sie – oft unbemerkt von uns – eigentlich ja immer da ist. Ebenso ist es unsere Aufgabe, den Patienten dabei zu unterstützen. Das aber gelingt nur, wenn ich in einen tiefen inneren Kontakt mit diesem Mensch mir gegenüber trete, wir ein gemeinsames Feld kreieren und zulassen, dass sich das Feld weitet und öffnet ins Unendliche und somit zum Heilenden Feld wird. Das kann nicht aktiv erzwungen werden, es kann nur eingeladen werden. In diesem Feld ohne Zeit und Raum ist das höchste Äußerste zugleich das tiefste Innere. Damit möchte ich ausdrücken, dass der heilende Urgrund, wo sich alle krankmachenden Ungleichgewichte zwischen Yin und Yang auflösen, gleichermaßen in der unendlichen Weite des Kosmos wie ganz nah in unseren Herzen auf uns wartet.

Die Herzen öffnen in Liebe

So wollen wir die Herzen öffnen, von Herz zu Herz in Verbindung treten mit dem Patienten, ein Prozess, der in beide Richtungen geht, gleichwertig vom Patient zum Arzt wie zurück. Auf der Herzesebene verwischen sich auch die äußeren Unterscheidungen

zwischen Patient und Arzt, hier wird jeder zum Partner des anderen. Die eben genannte notwendige therapeutische Unterstützung von außen relativiert sich somit zum Da-Sein, zum Offen-Sein.

Dennoch stellt dieses Verständnis des Arzt-Seins eine viel höhere Anforderung an uns, nämlich, wo nötig professionell mit all unserem Wissen zu handeln und gleichzeitig der persönlichen Aufforderung zu folgen, unser Herz zu öffnen in Liebe, eine Liebe, die nichts fordert und den Patienten annehmen kann, so wie er ist.

Ein Patient kann uns in seiner Geschichte und seinem Leiden so anrühren, dass er uns damit hilft, das eigene Herz zu öffnen, wir werden quasi zum Patienten.

Ebenso ist es möglich, dass sich das Herz eines anderen Patienten in seinem Schmerz verschließen musste, sein Herz ist versteinert und erkaltet. Er weist uns ab und verletzt uns eventuell mit seinem Verhalten. Dann ist es trotz allem unsere Aufgabe, ohne eigene Erwartung, ohne Gegenleistung und auch wenn der Patient scheinbar nicht gesunden kann, in der Liebe zu verweilen und unser Herz wärmende Strahlen aussenden zu lassen, die das verletzte, gepanzerte Herz des Menschen mir gegenüber möglicherweise langsam erweichen lassen. Das ist der einzige Weg, auf dem sich in ihm Stillstand und Starre lösen können. Nur so kann sich sein Herz bewegen und über das Blut das kosmische Licht des Bewusstseins in den letzten Winkel seines Körpers tragen.

Das Herz: irdenes Gefäß, das Geist und Bewusstsein bewahrt

Das Herz ist in der Chinesischen Medizin der Herrscher über alle Organe, Emotionen und Geist-Aspekte. Geist und Bewusstsein werden als Shen bezeichnet.

Das Herz ist sowohl Zentrum des individuellen Bewusstseins als auch Mittler zum universellen Bewusstsein des Himmels als dem Schöpferischen Yang-Aspekt. Doch genauso bedeutsam ist auch in der Betrachtung des Herzens der Yin-Aspekt der empfangenden Erde, die das leere irdene Gefäß für Geist und Bewusstsein Shen zur Verfügung stellt. Die Herzenergie ist gesund, wenn ein klarer Geist Shen in diesem irdenen Gefäß ruht und von ihm genährt wird. Das Gefäß ist nach oben geöffnet und erlaubt die Anbindung an den universellen Geist, an dem es zugleich Anteil hat, mehr noch: mit dem es eins ist, was durch die Verwendung derselben Bezeichnung Shen auch für den universellen Geist deutlich gemacht wird.

Heilung in der Anerkennung von Geist und Materie, von Himmel und Erde

Diese Sichtweise des Zusammenwirkens von Materie und Geist im Herzen lehrt uns, dass für Gesundheit im tieferen Sinn nicht nur die Anbindung an das geistige Prinzip, das Göttliche wesentlich ist, sondern auch die Verbundenheit zur Erde, aus der jedes Leben gespeist wird. Das wird oft vergessen. So bedeutet Heilung nicht nur die Suche nach meinem inneren Wesenskern, meiner Bestimmung, nach dem Licht des Himmels und dem geistigen, väterlichen Prinzip in mir, sondern auch die Rückbesinnung und Achtung der Herkunft und der Abhängigkeit meines Körpers von der Erde, also vom materiellen, dem mütterlichen Prinzip.

In Analogie heißt das für mich auch, anzuerkennen, dass beide große Medizintraditionen, die materiell-körperlich ausgerichtete Medizin des Westens wie die eher energetisch-geistigen Medizintraditionen z. B. der Chinesischen Medizin zusammenwirken müssen, um in Form einer integralen Medizin eine mögliche Heilung herbeizuführen. Denn oft ist eine direkt auf den Körper und seinen Stoffwechsel einwirkende schulmedizinische Behandlung notwendig, um das Leben zu erhalten. Doch sollte gleichzeitig der Mensch in seinem Leiden und inneren Ungleichgewicht auch energetisch-geistig behandelt und begleitet werden.

Am Ende des Lebenswegs

Auch in den Fällen, wo sich ein Leben in seiner Krankheit zu Ende neigt, ist die medikamentöse Schmerztherapie häufig unverzichtbar. Allerdings fällt es der Schulmedizin schwer, den Anspruch der Machbarkeit loszulassen und unsere Machtlosigkeit gegenüber dem Unergründlichen anzuerkennen. Hier gilt es, Leiden nicht künstlich zu verlängern. Wesentlich in dieser Phase bleiben das Zuhören, das Mitfühlen und die Begleitung mit menschlicher Wärme.

Manche der Menschen, die am Ende des Lebenswegs angekommen sind, hatten das Glück, während ihres Lebens die beschriebene Doppelnatur des Herzens zu ergründen. Sie wissen und können akzeptieren, dass das körperliche Prinzip, also der irdene Kelch des Herzens zur Erde zurückkehren und dort im Kreislauf zu neuem Leben beitragen wird.

Gleichzeitig sind sie sich gewiss, dass das ätherische Prinzip, also der flüchtige Geist Shen des Herzens und das individuelle Bewusstsein im Raum, im universellen Bewusstsein aufgehen werden. Diese Menschen durften im Lauf ihres Lebens Heilung auf einer tiefen Ebene erfahren. Sie konnten für sich die Spaltung von Geist und Materie

in der Gewissheit der alles durchdringenden Non-Dualität auflösen und sind wahrlich weise Alte geworden. Schon zu Lebzeiten tragen sie tief innen in sich ein Wissen, ohne es benennen zu können, das Wissen um den Zustand des Eins-Sein und der Ungetrenntheit.

Heilung, die Erkenntnis des Eins-Seins meiner individuellen Seele mit dem Universellen, kann aber, angestoßen durch den unabwendbaren Prozess der Ablösung, noch in der letzten Lebensphase geschehen. Heilung – so können wir nur vermuten - kann auch noch im Tod geschehen, im dem sich das Eins-Werden der individuellen Seele mit dem Großen Ganzen vollendet.

Der Gedanke an den Tod ist leichter, ja wie ich bei sehr alten Menschen erlebt habe, sogar tröstlich und eine freudige Erwartung, wenn sie im Lauf ihres Lebens dieses Ungetrennt-Sein tief in sich erkennen und erfahren konnten. Es ist, als ob ein Leuchten aus einer weiten anderen Welt diese alten Menschen anlächelt und sich in ihren wachen Augen widerspiegelt. Es ist der Prozess des Sterbens, der Verlust der Selbstbestimmung und Selbstkontrolle, der uns alle ängstigt, also die letzte Umbruchsituation, die wir zu meistern haben.

Das Heilende Feld

Das Heilende Feld ist unendlich und doch raumlos, es wirkt zugleich über alle Zeitalter hinweg und ist doch zeitlos. Es spannt sich zwischen den Polen des Schöpferischen und des empfangenen Prinzips von Himmel und Erde, gleichzeitig vermittelt es die Einheit des Lebens zwischen der Vielfalt der manifesten Schöpfung und seinem Urgrund im Unnennbaren, das noch hinter der Leere des ungeteilten Einen liegt. Das Heilende Feld durchwirkt mein tiefstes Inneres genauso wie das unfassbare höchste Äußere. Es ist auch der heile, unzerstörbare Kern in uns, unangreifbar für jede Krankheit, da er jenseits der Dualität angesiedelt ist. Dieser Kern ist nicht nur angebunden an die Ganzheit, vielmehr ist er auch diese Ganzheit, die wir oft geneigt sind, nur in den Weiten des Kosmos zu vermuten und daher für uns unerreichbar.

In diesem Bewusstsein kann der Mensch Heilung, nicht immer Gesundheit, in sich selbst finden, Frieden mit sich selbst machen, Frieden auch mit der Krankheit. Er kann den Kampf aufgeben, er kann das Krankmachende und die Krankheit als Teil seiner Selbst anerkennen und einbeziehen. Viele im Kampf gebundene Kräfte werden frei und können für den Prozess der Heilung eingesetzt werden. Gleichzeitig heißt das, der

krank Mensch wird sein eigener Heiler, besser gesagt, er trägt den inneren Heiler in sich. Er ist der Spezialist für sich, sein Leben und seine Krankheit. Er delegiert nicht weiter sein Wohl an das Gesundheitssystem. Auf diese Weise wird der Arzt zwar entmachtet aber auch ungemein entlastet.

Wie viel leichter ist es für mich als Arzt, einen Menschen zu begleiten, sich auf ihn einzuschwingen, als immer wissen zu müssen, was gut für ihn ist, welche Anmaßung, welche Hybris. Ich tue als Arzt weiter alles Notwendige nach bestem Fachwissen und Gewissen aber in der Überzeugung, dass nicht ich über Erfolg oder Misserfolg meines Tuns entscheide. Kann ich überhaupt wissen, was im großen Zusammenhang als Erfolg oder Misserfolg zu deuten ist? Ich kann dem Patienten beistehen, eine andere Sichtweise, ein anderes Erleben der Krankheit und deren Entstehung und Bedeutung zu entwickeln. Ich kann ihm Weggefährte sein bei der Erkundung seines tiefen, verschütteten Selbst, des gesunden innersten Kerns. Denn die Krankheit setzt möglicherweise für den Patienten ein Signal, sich auf den Weg der inneren Entwicklung zu machen, da ihm die Endlichkeit des Lebens bewusst wird. Vielleicht fördert sie diesen Weg sogar, auch wenn das erst im Rückblick erkennbar sein wird.

Ein spiritueller Entwicklungsweg

So denke ich, gehört es nicht nur zur ärztlichen Aus- und Fortbildung, das fachliche Wissen zu erweitern, auch auf entwicklungspsychologischem und psychotherapeutischem Gebiet im Sinne einer gelebten Psychosomatik, sondern auch bewusst einen Weg der eigenen inneren Entwicklung zu beschreiten und selbst das Heilende Feld zu erforschen, um die Stille und den Randsaum der Leere zu erfahren.

In der Leere ist nichts mehr wahrnehmbar, aber am äußersten Saum unserer Wahrnehmung wartet dieses unbeschreibliche, auf nichts zurückzuführende Glücksgefühl, die grundlose Freude, die nichts fordernde und von nichts abhängige Liebe als die Ahnung eines feinen Geschmacks der Leere. Aus dieser Erfahrung können wir den Patienten ein Stück auf seinem eigenen Weg dorthin begleiten. Dabei ist es gut möglich, dass der Patient schneller voranschreitet als wir selbst, ev. aus seiner leidvoll erduldeten Extremerfahrung der Krankheit oder der Nähe des Todes heraus. So wird er zu unserem Führer und teilt sein inneres Wissen mit uns, trägt zu unserer Heilung bei. Die bedingungslose Liebe ist das eigentlich Agens, das den

Patienten und mich und uns beide mit dem Heilenden Feld und dem Göttlichen verbindet.

Die Suche nach dem Licht des Uranfangs

Und wenn ein Mensch stirbt? Unsere erste Reaktion ist Angst und der Wunsch und der Versuch, das Sterben abzuwenden. Ev. spüren wir auch Ärger, dass sich die Krankheit und damit der Patient einer Gesundung „entziehen“, ev. spüren wir eigene Ohnmachtsgefühle und Versagen, all diese Reaktionen ganz ähnlich wie sie ein todkranker Mensch selbst durchmacht. Sind sinnvolle Behandlungen ausgeschöpft, oder wünscht der Patient diese nicht mehr, gilt es, das Unvermeidbare zu akzeptieren, auch den persönlichen Weg des Patienten. Niemand weiß, warum dieser Mensch krank wurde, warum diese Krankheit zum Tod führt, vielleicht verbirgt sich dahinter ein eigener Entwicklungsweg.

Das heißt aber nicht, den Menschen allein zu lassen, sich als Arzt zurück zu ziehen, sondern Schmerzen zu erleichtern und da zu sein, wenn der Mensch die Orientierung, also wörtlich „die Ausrichtung seines Weges auf das aufgehende Licht“ aus den Augen verloren hat, obwohl er tief innen diesen Weg kennt. Wir können mit ihm in die Stille gehen, das Licht suchen und sehen.

Ein Übungsweg mit zweifacher Ausrichtung

Schon während des Lebens begehen wir oft noch unbewusst diesen Weg der Suche nach dem Licht des Uranfangs. Es könnte ein bewusster Übungsweg werden, der nach meiner Überzeugung zu jeder Zeit eine auf- und absteigende innere Ausrichtung verbinden sollte.

Mit der Zeugung durchdringt Geist Essenz, d.h. ein göttlicher Funke Yang durchdringt die sich vereinigende Samen- und Eizelle. Eine abwärts gerichtete Entwicklung beginnt, auch nach der Geburt braucht es noch einige Monate, bis ein Neugeborenes sich auf der Erde heimisch fühlt. Doch kaum angekommen, möchte sich der hilflose kleine Mensch aufrichten, er beginnt zu krabbeln, zieht sich hoch, steht und geht, entwickelt seine geistigen Fähigkeiten und strebt nach Höherem. Aber immer wieder führt der Weg hinab, vorgegeben durch die Lebenszyklen, die jeweils einen Höhepunkt haben und dann einen Punkt der Ablösung in der Tiefe vor dem Übergang in einen neuen Zyklus.

Auch die Heldensagen der Reisen in die Unterwelt folgen diesem Weg: Eher unfreiwillig steigt der Held hinab in die Tiefen der Unterwelt. Es gibt kein Zurück mehr, er muss

Prüfungen und Kämpfe bestehen. Hier geschieht eine tiefe Transformation, die innere Erfahrung wird oft durch ein Elixier symbolisiert, das dem Held mit auf den weiteren Weg gegeben wird. Gewandelt kann er den Aufstieg zum Licht der Sonne beginnen.

Lebenslang läuft in uns gleichzeitig eine Abwärtsbewegung zur Erde und eine aufwärtsgerichtete Entwicklung zum Himmel ab, auch wenn wir nur die aufwärts gerichtete Entwicklung zu „höherem“ wahrhaben wollen und wir Menschen bewundern, die scheinbar „weiter“ in ihrer spirituellen Entwicklung sind. Ist aber eine der beiden Richtungen unterentwickelt, ist es für uns unmöglich, die eigene Mitte aufzufinden. Wir fühlen uns nicht zentriert, sondern als ver-rückt, neben uns stehend, aus der Mitte gefallen, abgehoben, schwebend oder auch niedergeschlagen und bedrückt.

In diesem Zustand können wir nicht erfassen, was das Menschsein eigentlich ausmacht: nämlich als einziges Wesen zu erkennen, dass es aus der Erde kommt und gleichzeitig das höhere Bewusstsein der Anbindung an den Himmel in sich trägt.

Das Kreuz des Lebens

Himmel und Erde durchdringen sich andauernd in einer auf- und absteigenden Bewegung auf der senkrechten, der numinosen Weltachse und schaffen dadurch in ihrer Mitte das Leben. Heilung heißt zunächst nicht, sich nur noch dem geistigen Raum zu widmen, sondern meinen Platz im Leben, in dieser Mitte, zu finden, im Heilenden Feld, das von Himmel und Erde aufgespannt wird. Das manifeste Leben selbst entfaltet sich jeden Tag konkret in der Dualität von Zeit und Raum auf der waagrechten Weltachse. Beide Achsen bilden das Symbol des Kreuzes. Erst im Tod trennen sich Yin und Yang, die polaren Lebenselemente von Materie und Geist, Yin sinkt endgültig ab zur Erde, Yang geht auf im Universum.

Verkörperung und Transformation

Diese stete Auf- und Abwärtsbewegung der inneren Entwicklung gilt es zu üben, z. B. im bewusst erlebten bewegten Qigong oder im kleinen Kreislauf des stillen Qigong, der die absteigende Qi-Bewegung der Verkörperung des Lebens in der vorderen Mittellinie mit der aufsteigenden transformierenden Bewegung zum reinen Bewusstsein in der hinteren Mittellinie des Körpers zu einem Kreislauf verbindet. Oder symbolisch im Nacherleben der Heldenreisen, natürlich auch im möglichst bewussten Durchleben und Anerkennen der Jahreszeiten und Lebenszyklen.

Auch der alchemistische Weg der daoistischen Transformation im alten China ist ein Beispiel für den Entwicklungsweg zunächst nach unten, dann nach oben. Der heilige Berg Kunlun steht symbolhaft für die geistige Welt des Menschen. Der klare immaterielle Geist steigt ab vom sonnigen Gipfel des heiligen Berges durch die nebligen Wälder hinab zu den fruchtbaren Feldern der Ebene, um dann tief in die Höhlen der Erde einzudringen. Auf diesem Weg verkörpert er sich immer mehr.

In der tiefsten Unterwelt erfolgt die Begegnung mit der geheimnisvollen weiblichen Göttin, Geist kann endlich sich mit Essenz verbinden. Dadurch geschieht eine erste Wandlung, es beginnt eine absichtslose Aufwärtsbewegung, in der sich die materielle Essenz immer weiter zur Feinstofflichkeit transformiert, um sich spätestens im Tod erneut mit dem klaren Geist des Himmels zu vereinen.

Dieser 2-teilige Übungsweg ist, so glaube ich, die notwendige Voraussetzung für Ärzte und Therapeuten, um Bewusstsein für das Heilende Feld zu erlangen, das allerdings immanent jederzeit in uns wirkt. Es kann nun zur Gewissheit werden, da ich auf dem tiefsten Grund meines Daseins, auch in der Leidenserfahrung, die große Mutter und am höchsten Punkt des Daseins das universelle geistige Prinzip erkenne und schließlich die innere Fragmentierung, eine häufige Erfahrung auf dem Heilungsweg überwinde, dort wo Mensch, Himmel und Erde eins werden mit dem Ursprung, im Heilenden Feld.

Ein Heilungsweg – vom Allein-Sein zum Eins-Sein

Heilung aus dem Innersten bedeutet auch erkennen zu können, welchen verinnerlichten Ansprüchen und Erwartungen ich bisher gefolgt bin, diese zu relativieren und abzulegen. Dazu begeben wir uns zunächst unbewusst immer wieder in leidvolle, verletzende Erfahrungen, wie das folgende Schicksal beschreibt.

Einer meiner Patienten erlebte bei einer Qigong-Übung während unseres Zusammenseins den Hinweis auf die Anbindung an Himmel und Erde und die Hineinnahme der Yang-Energie des Himmels in den Körper als so schockierend und unerlaubt, dass er seinen Kopf wie abgeschnitten empfand und darüber völlig verstört war. Er war in der kirchlich geprägten Tradition eines strengen Elternhauses aufgewachsen. Auch wenn er als inzwischen 48-jähriger Mann auf der rationalen Ebene des Verstandes es nicht mehr so sah, so war für ihn doch in seinem tiefen gefühlsmäßigen Erleben der Himmel eine höhere Macht, weit weg und unerreichbar. Dort sitzt ein allmächtiger Gott-Herrscher und erst am Jüngsten Tag wird entschieden,

wer als guter Mensch in den Himmel und als böser Mensch in die Hölle geschickt wird. Die östliche Sicht, den Himmel in mir selbst zu tragen, das Göttliche losgelöst von einem personifizierten Gott und jenseits von Gut und Böse zu sehen, war ihm so nicht möglich. Gebahnt wurde diese Erfahrung sicher durch ein vorhergehendes Erlebnis im Äußeren: Vor einiger Zeit hatte er sich aus dem Wunsch nach tieferen Begegnungen heraus einer christlichen Laiengemeinschaft angeschlossen. Er musste aber zunehmend erkennen, wie die unbedingte Forderung nach Gehorsam und die mangelnde Toleranz und Gesprächsbereitschaft in dieser wohl besonders orthodoxen Gruppe seinen Lebensraum einengte, ihm die Kehle verschloss und die Brust einschnürte. Er bekam immer weniger Luft, sein altes Asthma wurde wieder akut.

Erneut durchlitt er alte Konflikte seines Elternhauses und war offensichtlich an eine Umbruchsituation, in eine Krise gekommen, worauf er mit einer alten Krankheitssymptomatik reagierte. Nach langem inneren Ringen, wahrlich einer Reise in die Unterwelt voller vispernder, Unheil androhender Dämonen, sagte er sich schließlich von der Gemeinschaft los, aber Schuldgefühle verfolgten ihn noch weiter. In der nächsten gemeinsamen Stunde nach der Qigong-Erfahrung tauchte plötzlich der Satz „Du darfst“ in ihm auf. Ein tiefes Zittern durchbebte ihn, als ich vorschlug „ Du darfst sein“. Da-Seins-Berechtigung zu erfahren, als Mensch die universelle Liebe zu erleben, im großen Ganzen aufgehoben zu sein ohne Forderungen, Prüfungen, Verurteilungen, Strafen, dies erfuhr er nun erstmals als tiefes inneres Wissen und Gewissheit. Er erkannte das Göttliche, den Himmel in sich, hervorgegangen aus der schmerzlichen Erfahrung im irdischen Konflikt mit anderen Menschen, im Abstieg zu tief im Unbewussten gespeicherten Lebensüberzeugungen. Sein Atem wurde frei, der Blick klar und voller Ausstrahlung, genährt vom inneren Leuchten, tiefe Freude erfüllte sein Herz. Im Raum schwebte eine numinose Energie, ein Mensch wird ein 2. Mal geboren, löst sich aus der Abhängigkeit von Vater und Mutter, konkret und symbolisch.

In der vorhergegangenen Auseinandersetzung mit der Umwelt erwachten ein „Ich bin“, und ungewohnt auch das „ich stehe erstmals für mich ein“. Nun, in diesem ergreifenden Augenblick ist daraus ein „Sein“ geworden, ein „Einfach Sein“ ohne Subjekt „ich“ und ohne ein Objekt. Tiefste Heilung bedeutet das Ende von Allein-Sein, der Beginn des Eins-Sein. Zweifel werden immer wieder auftauchen, die tiefe Erfahrung des Eins-Sein wird jedoch in Zukunft sein Licht aussenden und den inneren Weg weisen.

Das Geschenk der Heilung

Es ist ein Geschenk, solche Momente mit einem Patienten teilen zu dürfen, Momente, wo die Zeit stehen bleibt, wo die eigene Gewissheit bestärkt wird, wo der Patient Heilung nicht nur für sich erfährt, sondern als unermessliches Geschenk uns daran teilhaben lässt und zu unserer Heilung beiträgt.

Das sind Glücksmomente in der Arbeit, die demütig und dankbar machen, die Kraft aus dem unendlichen Feld der Liebe vermitteln, auch die Kraft, dieses innere Licht bei sich selbst leuchten zu lassen und von seiner Existenz in unserem Patienten überzeugt zu sein in den vielen, oft anstrengenden Stunden der therapeutischen Begegnung, die solch einem Durchbruch voran gehen. Welche Zweifel, welche Anklagen, welche Verlassenheitsgefühle, Krankheitssymptome und Schmerzen verdunkeln oft die Wahrnehmung im Heilung suchenden Menschen, bevor er die Wahrheit, das reine Licht im heilenden Feld erkennen kann. Es ist unsere Aufgabe, so lange als nötig dieses Licht für ihn zu hüten, dann aber auch loszulassen, ihn seinen eigenen Weg gehen zu lassen. Nur er kennt seinen Weg, das Licht wird ihn führen und er wandelt auf den Pfaden des Dao.

Copyright bei Dr. R. Bohlayer, Zitierung und Weitergabe bei Angabe der Quelle gestattet