

Die Lebenskraft als gemeinsamer Nenner: **Psycho- oder Somatik?**

von Florian Fuhlert

Der Begriff Psychosomatik bezeichnet eine Kehrtwende im medizinischen Weltbild, als eben der Psyche ein gewisser Stellenwert bei der Entstehung körperlicher Krankheitssymptome zugewilligt wird. Heutzutage findet dies allgemeine Anerkennung und spiegelt einen gesellschaftlichen Bewusstseinswandel vom reinen Materialismus hin zur Ganzheitlichkeit. Psyche und Soma (Körper) können also als Polaritäten verstanden werden, und je nach medizinischem Glaubenssystem wird entweder dem einen oder dem anderen eine größere Bedeutung eingeräumt. Die Dualität von Körper und Geist oder Seele ist vor allem in unserem christlichen Abendland ein kontroverses Thema, während für andere Kulturen die zugrunde liegende Einheit dieser Pole selbstverständlicher ist. Solcherart dualistische Konzepte bedürfen gewissermaßen einer Synthese. Somatisch bedingte Krankheit als These des newtonschen Materialismus, psychisch bedingt als Antithese der gesellschaftlichen Gegenbewegung. Die Synthese: Krankheiten sind lebenskraftbedingt, beruht also auf einer Schwächung der Lebenskraft.

Das Konzept der Lebenskraft findet sich in der Homöopathie, im Chi der TCM oder dem Prana der Ayurveda. Hier gilt: Krankheiten betreffen zuerst die Lebenskraft und zeigen sich dann in körperlichen und/oder in seelischen Symptomen. Alles ist mit allem verzahnt und verbunden, so dass eine Krankheit ihre seelischen Anteile haben kann, aber eben auch körperliche Ursachen. Eine Therapie, die sich entweder nur auf die Psyche oder nur auf den Körper bezieht, bleibt notwendigerweise unvollständig. Die hamersche „neue Medizin“ und andere Schubladensysteme bleiben mit ihrer Psycho-Orientierung ebenso einfältig wie die Chemo- oder Strahlentherapie auf der anderen Seite. Komplexe Zusammenhänge entziehen sich dem schematischen Verständnis und erfordern ein individuelles Vorgehen. Dennoch können auch solche einschichtige Ansätze im richtigen Zusammenhang erfolgreich und not-

wendig sein, wie eben bei einer Fraktur auf der körperlichen oder einer Anorexie auf der seelischen Seite.

Samuel Hahnemann, der Begründer der Homöopathie, beschreibt die Lebenskraft folgendermaßen: „Im gesunden Zustand des Menschen waltet die geistartige, als Dynamis den materiellen Körper (Organism) belebende Lebenskraft (Autokratie) unumschränkt und hält alle seine Theile in bewunderungswürdig harmonischem Lebensgange in Gefühlen und Thätigkeiten, so daß unser innewohnender, vernünftige Geist sich dieses lebendigen, gesunden Werkzeugs frei zu dem höheren Zwecke des Daseyns bedienen kann.“ (Hahnemann, Organon der Heilkunst, §9)

So impliziert eine gesunde Lebenskraft sowohl körperliches Wohlbefinden, eine Balance im Gefühlsleben und ein spirituelles und sinnerfülltes Geistesleben.

Das Verständnis der Lebenskraft erfordert ein assoziatives Querdenken.

Um das Webmuster dieser Lebenskraft zu entschlüsseln, verfolgt der Therapeut die Spur des Individuellen, Einzigartigen und Besonderen eines Menschen. Diese Spur führt ins Unerklärliche, nicht logisch zu Fassende: Erst wenn die Frage nach dem „Warum“ und „Wieso“ nicht mehr beantwortet werden kann, zeigt sich das einzigartige Muster der Lebenskraft. Im Gegensatz hierzu sucht die psychosomatische Medizin eine kausale Beziehung zwischen Gefühlen und körperlichen Symptomen.

Um diesen Unterschied plastischer zu gestalten, möchte ich Ihnen einen für mich sehr erhellenden Fall aus meiner Praxis schildern: Ein Mann in den besten Jahren suchte mich wegen wiederkehrender Magenkrämpfe auf.

Die Beschwerde bestand seit der Jugendzeit und konnte mehrere Tage andauern. Die Schmerzen beschrieb er als akut, hell und krampfartig, begleitet von Panik. Immer kam es wie aus heiterem Himmel, um dann allmählich zu verblassen. Er musste sich dann zusammengekrümmt hinlegen, eine Wärmflasche brachte Linderung. Auch

Essen, besonders warmes, erleichterte ihn kurzzeitig. Während der Schmerzen litt er an Verstopfung, und am Ende jedes Anfalls hatte er gurgelnden Durchfall. Seine Stimmung war dann unwirsch, er wollte in Ruhe gelassen werden und zweifelte an seiner Fähigkeit, seine Familie ernähren zu können, wähnte sich als „nicht lebensfähig“. Er hatte das Gefühl, „als würde ihm alle Energie rausgezogen“ und er sei zu nichts mehr in der Lage.

Diese anfallartigen Magenkrämpfe traten gehäuft vor wichtigen Konzerten auf, bei denen er als Solotrompeter in einem Orchester auftritt. Obwohl er um seine Fähigkeiten als einer der Besten seines Fachs wusste, empfand er die Situation, „als ob sie ihn im Griff hätte“, vergleichbar einer Prüfungsangst. Nebenberuflich arbeitet er außerdem als Hufschmied. Seine Leidenschaft galt lange dem Extrembergsteigen, bis er einen Unfall hatte und aus Verantwortung seiner Familie gegenüber darauf verzichtete.

Die Touren, die er sich zuvor vorgenommen hatte, waren sehr herausfordernd. Zwar keine lang anhaltende Himalaja-Expedition, aber für einen Tag ging er bis ans Limit. Gewissermaßen ähnlich wie seine Beschwerde: kurz und knackig. Er beschrieb sich als sehr ehrgeizig, besessen von Details und gründlich im Planen und Vorgehen.

Meine „psychosomatische“ Verordnung war Nux vomica C200, später auch in höheren Potenzen. Für Nux vomica sprach die Schmerzqualität, der Ort des Geschehens (Magen), die Modalitäten sowie die Ursache, nämlich Beschwerden durch Stress. Auch der Verlauf, der sich immer als dramatisch und relativ akut darstellte, passten zu Nux vomica. Dieses Mittel half ihm für die Dauer eines Jahres immer wieder, kürzte die Anfälle auf maximal einen Tag ab und senkte auch ihre Häufigkeit. Er hatte sich gewandelt – von einem Mann, der zwar kräftig, aber doch seinen psychisch bedingten Schmerzattacken hilflos ausgeliefert war, zu jemandem, der eine Kompensation gefunden hat und mit der Situa-

tion umgehen kann. Wir waren beide zufrieden mit dieser Entwicklung.

Ein Jahr später erklärte mir der Patient, dass er meine Hilfe für ein neues Problem bräuchte: Mit seiner Familie laufe es gar nicht gut, seinem Kind und der Frau gegenüber sei er häufig gereizt. Es fehle ihm an Offenheit und der Fähigkeit zur liebevollen Hinwendung, vielmehr werde er immer mehr zum Eigenbrötler und verkrieche sich in sich selbst.

Dies ist der deutliche Wirkunterschied zwischen einer Arznei, die zwar der Beschwerde und dem psychischen Hintergrund angemessen zu sein scheint, und einem der Lebenskraft entsprechenden Simillimum, welches auf allen Ebenen bessert. Die Tatsache, dass die somatische Beschwerde zwar kaum noch vorhanden ist, dafür aber seelische Konflikte aufbrechen, offenbart, dass es sich hier mehr um eine Verlagerung als eine echte Heilung handelt.

Also nahm ich den Fall erneut auf. In der Anamnese zeigte sich eine deutliche Polarität: auf der einen Seite: „Leisten, Schaffen und Anforderung“, auf der anderen: „mangelnde Geborgenheit, allein gelassen, niemand hat sich gekümmert“. Die Botschaft: Liebe gibt es nur für eine anständige Leistung. So hat er sich immer neue und größere Herausforderungen gesucht und höhere und steilere Berge bezwungen. Konkurrenz ist nicht sein Thema (für Nuxvomica schon!), er muss nicht als Erster ankommen. Vielmehr geht es ihm um seine Leistung, darum über seine Grenzen zu gehen und eine gute Performance zu bieten. Symbolisch wurde dies widergespiegelt in einem Traum, der ihn tief berührte: Er hatte als Tempelritter die Aufgabe die Welt zu retten. Allein mit seinem weißen Ross schlug er seine Schlachten. Unterstützung fand er nur bei einem alten Weisen, der ihm eine Wunderlampe gab. Frau und Kind hatte er für diese Aufgabe zurückgelassen, und jahrelang kam er nicht zurück. Irgendwann aber konnte er mit seiner Frau wieder Kontakt aufnehmen durch Telefon oder Funk und zurückkehren. Die Tempelritter hatten ihn sehr fasziniert.

Körperlich fiel auf, dass er, ursprünglich durch eine Erkältung bedingt, schon lange heiser war.

Seine Empfindungen beschrieb er wiederholt als Druck und Spannung, eine typisch mineralische Qualität. Hinweise auf die Verschreibung eines tierischen Mittels, wie

Konkurrenz, Eifersucht, Überlebenskampf, „ich gegen den anderen“, lagen keine vor. Auch die für pflanzliche Arzneimittel typische Sensitivität konnte ich nicht finden.

Aber augenscheinlich hatte Metall in allen Dingen seines Lebens eine zentrale Bedeutung: als Trompeter, als Hufschmied, natürlich als Ritter, aber auch beim Bergsteigen. Erwähnenswert ist auch die gute Leitfähigkeit von Metall, weshalb es auch für Telefon und Funk unentbehrlich ist. Auf mein Nachfragen hin sagte er, dass Gold für ihn eher Klunker sei, aber Silber habe Kraft. In seiner Ahnenschaft wären zudem drei, vier Schmiedemeister, aber auch Bergleute gewesen.

Ich verordnete Argentum metallicum C200, einmal gegeben. Argentum, also Silber, steht im Periodensystem der Elemente in der 5. Reihe, diese hat die Themen: Kunst, Kultur, Mystik, Kreativität, Performance, Show und Leistung. Argentum metallicum und nitricum gelten zudem als Mittel für Lampenfieber, besonders bei Sängern (Trompeten und Singen sind zumindest sehr ähnlich), und Heiserkeit oder Stimmverlust sind hier typische Beschwerden. Reden ist Silber ..., so tut Volksmund Weisheit kund.

Im Gegensatz zum zuvor verordneten Nuxvomica zieht sich der rote Faden, der in seinem Fall ein silberner ist, durch sein Leben, seine Interessen und Empfindungen und deckt nicht nur das aktuelle Beschwerdebild.

Dies ist eine ganzheitliche Verschreibung, da sie mit der individuellen Lebenskraft resoniert und nicht ein Aspekt des Lebens, den man als psychosomatische Erkrankung begreifen kann, herausgegriffen und behandelt wird.

Seine Frau war glücklich: er sei endlich wieder zurückgekehrt wie in dem Tempelrittertraum. Für sie war es, als hätte ein Anteil seiner Seele, der zuvor verloren gegangen war, wieder zurückgefunden. Ihre Liebe konnte neu erblühen. Er öffnete sich für seine Familie, und die Dauergereiztheit hatte ein Ende. Während er zuvor ein ständiges Schlafdefizit empfand, strotzte er jetzt vor Energie. Auch die Versagens- oder Zukunftsängste, die ihn zuvor geplagt hatten, lösten sich in Wohlgefallen auf. Nun möchten sie noch ein Geschwister für ihr Kind. Im Bett war auch wieder was los, nach zehn Jahren Beziehung, wie frisch verliebt. Seine Frau beschuldigte mich au-

genzwinkernd, ihm einen Liebestruck verabreicht zu haben; die Sexualität ist neben der Stimme ein Kernthema von Silber.

Unser letztes Treffen war kurz vor einem Konzert: Vor mir stand jetzt ein Mann in seiner Kraft voller Spielfreude und ohne Erwartungsspannung oder die Notwendigkeit einer Kompensation.

Die Magenkrämpfe treten gar nicht mehr auf, und die Neigung zur Heiserkeit hat sich seit der Verordnung von Argentum metallicum Q3 zur täglichen Einnahme deutlich verbessert.

Er träumte einen aus vier Episoden bestehenden Traum, der ihn zuerst mit halsbrecherischen Extrembergsteiger-Situationen konfrontierte, die er aber trotz aussichtsloser Lage durch Glück und Fügung überlebte. Anschließend begegnete er seinem Schutzengel, der sich ihm als zwerghaftes Wesen auf seine Schultern setzte und ihm dadurch das Gefühl von Achtung und Respekt für sich selbst schenkte.

An diesem Fall zeigte sich mir, dass eine tiefgreifende Heilung nur möglich ist, wenn die Lebenskraft adressiert wird. Psyche und Körper sind Ausdrucksformen derselben und folgen ihr. Dennoch sind körperliche und seelische Symptome nicht zu vernachlässigen, spiegeln sie doch die Lebenskraft wider und weisen auf das Heilmittel hin. Sicherlich ist auch die Psyche der Lebenskraft „näher“ als der Körper. Dennoch berührt eine rein psychische Behandlung nur den Bereich des menschlichen, während aber unsere Wurzeln im mineralischen, pflanzlichen und tierischen Leben liegen. So kann eine Therapie, die diese Dimensionen nicht berücksichtigt, keine tiefgreifende Heilung bewirken. Ganzheitlich ist mehr als psychosomatisch. Es berücksichtigt auch die pflanzliche, mineralische oder tierische Ebene in uns. Dass wir mit all dem verbunden sind ist mehr als ein esoterisches Gerücht, eben praktizierte Heilkunde.

Anschrift des Verfassers:

Florian Fuhlert, Heilpraktiker

Klassische Homöopathie und Phytotherapie

Dießen am Ammersee und Schwangau

Mitarbeit bei „Ethnomed e.V.“ zur Unterstützung traditioneller ethnischer Heilverfahren

E-Mail: florian.fuhlert@arcor.de