

folgen. Gute Hilfsmittel auf einer solchen Reise durch die menschliche Seele sind bildhaftes Denken, Phantasie, Assoziation, Ironie und ein Ohr für die Hintergründe der Sprache. Nicht zuletzt erfordert unser Weg die Fähigkeit, Paradoxien und Ambivalenz ertragen zu können, ohne sofort durch Vernichtung des einen Poles Eindeutigkeit erzwingen zu müssen.

In der Medizin wie auch im Volksmund spricht man von den verschiedensten *Krankheiten*. Diese sprachliche Schlamperie zeigt sehr deutlich das verbreitete Mißverständnis, dem der Begriff *Krankheit* unterliegt. Krankheit ist ein Wort, das man eigentlich nur im Singular verwenden kann – der Plural *Krankheiten* ist genauso sinnlos wie der Plural von Gesundheit: *Gesundheiten*. Krankheit und Gesundheit sind singuläre Begriffe, da sie sich auf eine Zustandsform des Menschen beziehen und nicht, wie im heutigen Sprachgebrauch üblich, auf Organe oder Körperteile. Der Körper ist niemals krank oder gesund, da in ihm lediglich die Informationen des Bewußtseins zum Ausdruck kommen. Der Körper tut nichts aus sich selbst heraus, wovon sich jeder durch die Betrachtung einer Leiche selbst überzeugen kann. Der Körper eines lebenden Menschen verdankt seine Funktion ja gerade jenen beiden immateriellen Instanzen, die wir meist Bewußtsein (Seele) und Leben (Geist) nennen. Das Bewußtsein stellt dabei die Information dar, die sich im Körper manifestiert und in die Sichtbarkeit transponiert wird. Bewußtsein verhält sich zum Körper wie ein Radioprogramm zum Empfänger. Da das Bewußtsein eine nichtmaterielle, eigenständige Qualität darstellt, ist es natürlich weder ein Produkt des Körpers, noch von dessen Existenz abhängig.

Was immer im Körper eines Lebewesens geschieht, ist Ausdruck einer entsprechenden Information bzw. Verdichtung eines entsprechenden Bildes (Bild heißt griechisch *eidolon* und entspricht damit auch dem Begriff der »Idee«). Wenn Puls und Herz einem bestimmten Rhythmus folgen, die Körpertemperatur eine konstante Wärme einhält,

die Drüsen Hormone ausschütten oder Antigene gebildet werden, so sind diese Funktionen nicht aus der Materie selbst heraus zu erklären, sondern sämtlich abhängig von einer entsprechenden Information, deren Ausgangspunkt das Bewußtsein ist. Wenn die verschiedenartigen körperlichen Funktionen in einer bestimmten Weise zusammenspielen, entsteht ein Muster, das wir als harmonisch empfinden und deshalb *Gesundheit* nennen. Entgleist eine Funktion, so gefährdet sie mehr oder weniger die gesamte Harmonie, und wir sprechen von *Krankheit*.

Krankheit bedeutet also ein Verlassen einer Harmonie bzw., die In-Frage-Stellung einer bisher ausbalancierten Ordnung (wir werden später sehen, daß, unter einem anderen Gesichtswinkel betrachtet, Krankheit eigentlich die Herstellung eines Gleichgewichts ist). Die Störung der Harmonie findet aber im Bewußtsein auf der Ebene der Information statt und *zeigt* sich lediglich im Körper. Der Körper ist somit die Darstellungs- oder Verwirklichungsebene des Bewußtseins und damit auch aller Prozesse und Veränderungen, die im Bewußtsein ablaufen. So, wie die gesamte materielle Welt nur die Bühne ist, auf der das Spiel der Urbilder Gestalt annimmt und so zum *Gleichnis* wird, so ist analog auch der materielle Körper die Bühne, auf der die Bilder des Bewußtseins zum Ausdruck drängen. Gerät daher ein Mensch in seinem Bewußtsein ins *Ungleichgewicht*, so wird dies in seinem Körper als Symptom sichtbar und erlebbar. Deshalb ist es irreführend, zu behaupten, der Körper wäre krank – krank kann immer nur der Mensch sein –, doch dieses *Kranksein* zeigt sich im Körper als Symptom. (Bei der Aufführung einer Tragödie ist nicht die Bühne tragisch, sondern das Stück!)

Symptome gibt es viele – doch sie alle sind Ausdruck des einen und immer gleichen Geschehens, das wir *Krankheit* nennen und das sich immer im Bewußtsein eines Menschen ereignet. So wie der Körper ohne Bewußtsein nicht leben kann, kann er ohne Bewußtsein auch nicht »krank« werden.

An dieser Stelle dürfte auch verständlich werden, daß wir die heute übliche Einteilung in somatische, psychosomatische, psychische und geistige Krankheiten nicht übernehmen. Ein solches Konzept ist eher geeignet, das Verstehen von Krankheit zu verhindern, als es zu erleichtern.

Unsere Betrachtungsweise entspricht in etwa dem psychosomatischen Modell, jedoch mit dem Unterschied, daß wir diese Sicht auf *alle* Symptome anwenden und keine Ausnahmen zulassen. Die Unterscheidung »somatisch«/»psychisch« kann man bestenfalls auf die Ebene beziehen, auf der sich ein Symptom manifestiert – ist aber unbrauchbar, um *Krankheit* zu lokalisieren. Der altertümliche Begriff der *Geisteskrankheiten* ist vollends irreführend, da der *Geist* niemals *erkranken* kann – vielmehr handelt es sich bei dieser Gruppe ausschließlich um Symptome, die sich auf der psychischen Ebene, also im Bewußtsein eines Menschen manifestieren.

So werden wir hier versuchen, ein einheitliches Bild der Krankheit zu entwickeln, das die Unterscheidung »somatisch«/»psychisch« bestenfalls auf die dominante Ausdrucksebene des Symptoms bezieht.

Mit der begrifflichen Unterscheidung zwischen Krankheit (Bewußtseinsebene) und Symptom (Körpersebene) verlagert sich unsere Betrachtung von Krankheit zwangsläufig weg von der uns geläufigen Analyse des Körpergeschehens hin zu einer heute in diesem Zusammenhang noch keineswegs geläufigen oder gewohnten Betrachtung der psychischen Ebene. Wir handeln somit wie ein Kritiker, der ein schlechtes Theaterstück nicht durch Analyse und Veränderung der Kulissen, der Requisiten und der Schauspieler zu verbessern versucht, sondern gleich das Stück selbst betrachtet.

Manifestiert sich im Körper eines Menschen ein Symptom, so zieht dies (mehr oder minder) die Aufmerksamkeit auf sich und unterbricht dadurch oft jäh die bisherige Kontinuität des Lebensweges. Ein Symptom ist ein Signal,

das Aufmerksamkeit, Interesse und Energie auf sich lenkt und damit den üblichen Gleichlauf in Frage stellt. Ein Symptom erzwingt von uns Beachtung – ob wir nun wollen oder nicht: Diese als von *außen* kommende Unterbrechung empfinden wir als Störung und haben deshalb meist nur ein Ziel: das Störende (*die Störung*) wieder zum Verschwinden zu bringen. Der Mensch will sich nicht stören lassen – und damit beginnt der Kampf gegen das Symptom. Auch Kampf ist Beschäftigung und Hinwendung – und so erreicht das Symptom immer, daß wir uns mit ihm beschäftigen.

Seit Hippokrates versucht die Schulmedizin, den Kranken einzureden, daß ein Symptom ein mehr oder minder zufälliges Ereignis sei, dessen *Ursache* in funktionalen Abläufen zu suchen sei, die zu erforschen man sehr bemüht ist. Die Schulmedizin vermeidet es sorgfältig, das Symptom zu *deuten*, und verbannt somit Symptom wie Krankheit in die Bedeutungslosigkeit. Doch damit verliert das *Signal* seine eigentliche Funktion – aus den Symptomen wurden Signale ohne Bedeutung.

Benutzen wir zur Verdeutlichung einen Vergleich: Ein Auto besitzt verschiedene Kontrolllampen am Armaturenbrett, die nur dann aufleuchten, wenn irgendeine wichtige Funktion des Autos nicht mehr gesetzmäßig funktioniert. Leuchtet nun im konkreten Fall während einer Fahrt ein solches Lämpchen auf, so sind wir hierüber keineswegs erfreut. Wir fühlen uns von diesem Signal aufgefordert, unsere Fahrt abubrechen. Trotz unserer verständlichen Beunruhigung wäre es aber dumm, auf das Lämpchen böse zu sein; schließlich informiert es uns über einen Vorgang, den wir sonst gar nicht so schnell wahrgenommen hätten, da er für uns in einem »unsichtbaren« Bereich liegt. So nehmen wir nun das Aufleuchten des Lämpchens als Anstoß, einen Automechaniker zu rufen mit dem Ziel, daß nach dessen Intervention das Lämpchen nicht mehr leuchtet und wir ruhig weiterfahren können. Doch wir wären sehr erbost, würde der Mechaniker dieses Ziel verwirklichen, indem er lediglich

die Birne des Lämpchens entfernt. Zwar brennt das Lämpchen nun nicht mehr – und das wollten wir eigentlich auch –, aber der Weg, der zu diesem Ergebnis führte, ist uns zu vordergründig. Wir halten es für sinnvoller, das Leuchten des Lämpchens überflüssig zu machen, anstatt es an seinem Leuchten zu hindern. Dazu allerdings müßte man den Blick vom Lämpchen lösen und auf dahinterliegende Bereiche richten, um herausfinden zu können, was eigentlich nicht *in Ordnung* ist. Das Lämpchen wollte durch sein Leuchten ja lediglich hinweisen und uns zum Fragen veranlassen.

Was in diesem Beispiel das Kontrolllämpchen war, ist bei unserem Thema das Symptom. Was immer sich in unserem Körper als Symptom manifestiert, ist sichtbarer Ausdruck eines unsichtbaren Prozesses und möchte durch seine Signalfunktion unseren bisherigen Weg unterbrechen, darauf hinweisen, daß etwas nicht *in Ordnung* ist, und uns zum Hinterfragen veranlassen. Auch hier ist es dumm, auf das Symptom *böse zu sein*, und geradezu absurd, das Symptom ausschalten zu wollen, indem man seine Manifestation unmöglich macht. Das Symptom darf nicht verhindert, sondern muß überflüssig gemacht werden. Dazu muß man allerdings auch hier seinen Blick vom Symptom abwenden und *tiefer* blicken, will man verstehen lernen, auf was das Symptom hinweisen will.

Doch in der Unfähigkeit zu diesem Schritt liegt das Problem der Schulmedizin – sie ist zu sehr von den Symptomen fasziniert. Deshalb setzt sie ja Symptom und Krankheit gleich, d. h., sie kann Form und Inhalt nicht trennen.

So behandelt man mit viel Aufwand und technischem Können Organe und Körperteile – doch nie den Menschen, der krank ist. Man jagt dem Ziele nach, irgendwann einmal alle Symptome am Auftreten hindern zu können, ohne dieses Konzept nach Möglichkeit und Sinnhaftigkeit zu hinterfragen. Es ist erstaunlich, wie wenig die Realität in der Lage ist, die euphorische Jagd nach diesem Ziel zu ernüchtern. Schließlich hat die Zahl der Kranken seit dem Auf-

kommen der sogenannten modernen, wissenschaftlichen Medizin nicht einmal um einen Bruchteil eines einzigen Prozentes abgenommen. Es gibt seit eh und je gleich viel Kranke – nur die Symptome haben sich gewandelt. Diese ernüchternde Tatsache versucht man durch Statistiken zu vernebeln, die sich nur auf bestimmte Symptomgruppen beziehen. So verkündet man beispielsweise stolz den Sieg über die Infektionskrankheiten, ohne gleichzeitig zu erwähnen, welche Symptome in diesem Zeitraum an Bedeutung und Häufigkeit zugenommen haben.

Ehrlich wird eine Betrachtung erst, wenn man statt Symptomen das »Kranksein an sich« betrachtet – und das hat bisher nicht abgenommen und wird mit Sicherheit auch in Zukunft nicht abnehmen. Kranksein wurzelt ebenso tief wie der Tod im menschlichen Sein und läßt sich nicht mit ein paar harmlosen, funktionalen Tricks aus der Welt schaffen. Würde man Krankheit und Tod in ihrer Größe und Würde begreifen, so könnte man auch vor diesem Hintergrund sehen, wie lächerlich unsere hybriden Bemühungen sind, sie mit unseren Kräften zu bekämpfen. Vor einer solchen Desillusionierung kann man sich natürlich schützen, indem man Krankheit und Tod zu einer bloßen Funktion herabargumentiert, damit man weiterhin an die eigene Größe und Vollmacht glauben kann.

Fassen wir noch einmal zusammen: Krankheit ist ein Zustand des Menschen, der darauf hinweist, daß der Mensch in seinem Bewußtsein nicht mehr *in Ordnung* bzw. *in Harmonie* ist. Dieser Verlust eines inneren Gleichgewichts manifestiert sich im Körper als Symptom. Das Symptom ist somit Signal und Informationsträger, denn es unterbricht durch sein Auftreten den bisherigen Fluß unseres Lebens und zwingt uns, dem Symptom Beachtung zu schenken. Das Symptom signalisiert uns, daß wir als *Mensch*, als *Seelenwesen* krank sind, d. h. aus dem Gleichgewicht der innerseelischen Kräfte geraten sind. Das Symptom informiert uns darüber, daß uns *etwas fehlt*. »Was fehlt Ihnen?« fragte man

früher einen Kranken – doch dieser antwortete immer mit dem, was er hatte: »Ich habe Schmerzen.« Heute ist man dazu übergegangen, gleich zu fragen: »Was haben Sie?« Diese beiden polaren Fragestellungen »Was fehlt Ihnen?« und »Was haben Sie?« sind bei näherer Betrachtung sehr aufschlußreich. Beide treffen für einen Kranken zu. Einem Kranken fehlt immer etwas, und zwar in seinem Bewußtsein – würde ihm nichts fehlen, wäre er ja *heil* d. h. ganz und vollkommen. Wenn ihm jedoch etwas zum Heil fehlt, dann ist er un-*heil*, krank. Dieses Kranksein zeigt sich im Körper als Symptom, das man hat. So ist das, was man hat, Ausdruck dafür, daß *etwas fehlt*. Es fehlt an Bewußtheit, dafür hat man ein Symptom.

Hat ein Mensch einmal den Unterschied zwischen Krankheit und Symptom begriffen, so ändert sich schlagartig seine Grundhaltung und sein Umgang mit Krankheit. Er betrachtet nicht länger das Symptom als seinen großen Feind, dessen Bekämpfung und Vernichtung sein höchstes Ziel ist, sondern entdeckt im Symptom einen Partner, der ihm helfen kann, das *ihm Fehlende* zu finden und so das eigentliche Kranksein zu überwinden. Jetzt wird das Symptom zu einer Art Lehrer, der hilft, uns um unsere eigene Entwicklung und Bewußtwerdung zu kümmern, und der auch viel Strenge und Härte zeigen kann, wenn wir dieses, unser oberstes Gesetz mißachten. Krankheit kennt nur ein Ziel: uns *heil* werden zu lassen.

Das Symptom kann uns sagen, was uns auf diesem Weg noch fehlt – doch das setzt voraus, daß wir die Sprache der Symptome verstehen. Die Sprache der Symptome wieder zu erlernen, ist Aufgabe dieses Buches. Wir sagen *wieder zu erlernen*, da diese Sprache seit alters existiert und deshalb nicht erfunden, sondern lediglich wieder *ge-funden* werden muß. Unsere ganze Sprache ist *psychosomatisch*, das meint, sie weiß um die Zusammenhänge zwischen Körper und Psyche. Lernen wir wieder, in diese *Doppelbödigkeit* unserer Sprache hineinzulauschen, dann werden wir sehr bald



Thorwald Dethlefsen, Ruediger Dahlke

Krankheit als Weg

Deutung und Bedeutung der Krankheitsbilder

Gebundenes Buch, Pappband, 384 Seiten, 13,5 x 21,5 cm

ISBN: 978-3-8094-2377-5

Bassermann

Erscheinungstermin: Juli 2008

Das Standardwerk jetzt als Sonderausgabe

Der Psychologe Thorwald Dethlefsen, und der Mediziner Ruediger Dahlke vermitteln in diesem bahnbrechenden Werk eine Alternative zur Schulmedizin und wecken ein tieferes Verständnis von Krankheit. Die Autoren zeigen, dass alle psychischen und physischen Leiden letztendlich wertvolle Botschaften der Seele sind. Indem wir sie entschlüsseln und den tieferen Sinn hinter Krankheitsbildern sehen, eröffnet sich für jeden von uns ein neuer, besserer Weg, sich selbst zu finden.