



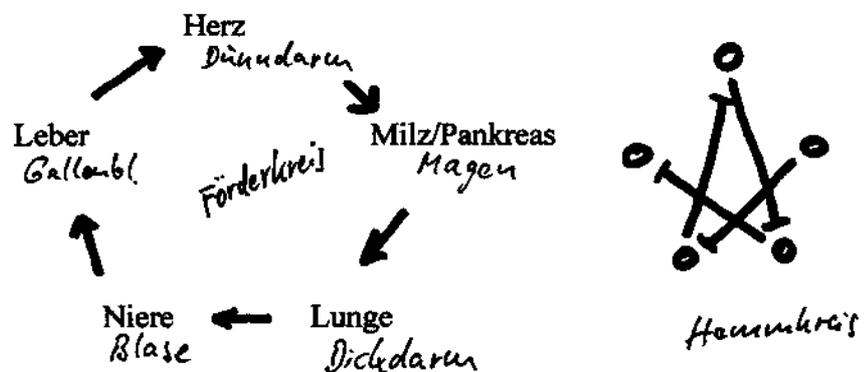
Das Thema zu dem ich Sie heute begrüßen darf soll zwei wesentliche Aspekte der Krebserkrankung beleuchten. Das wäre zum einen der körperliche ,materielle Aspekt, der unmißverständlich sichtbar gemacht werden kann , am Beispiel eines speziellen Mikroskopes, des Dunkelfeldmikroskopes. Der andere Aspekt soll mehr das Seelische in den Blick nehmen.

Sie werden sich hoffentlich fragen, was und vor allem wie nutzt mir dieser Vortrag. Da möchte ich Ihnen, wie in alter biblischer Tradition in einem Gleichnis antworten, das aus dem tibetanischen Totenbuch stammt. Da heißt es sinngemäß: wenn Du auf der Bühne stehst und es kommt auf Dich etwas zu, das aussieht wie ein Löwe, dann ist es gut, wenn Du Dich daran erinnerst, die Situation erst einmal schnell zu überprüfen. Dann wirst Du sehen , daß es nur ein Mensch mit einer Löwenmaske ist. Das soll heißen, daß das Wissen um die genaueren Zusammenhänge viel unnötige Angst ersparen kann.-- Der Vortrag ist zudem etwas ,das in Ihr Leben noch zusätzlich etwas Sinn hineintragen kann. Das heißt, ich habe die Ehre, Ihnen zu helfen, etwas der Sinnlosigkeit, die sich oft nach der Diagnose Krebs einschleicht , entgegenzusetzen. Sinnlosigkeit und Depression sind sehr nahe verwandt.

Da Sie für den seelischen Teil jetzt noch aufnahmefähiger sind, möchte ich mit diesem beginnen. Ein Zwischending , das seelisches und Körperliches miteinander verbindet, findet sich in der jahrtausendealten chinesischen 5- Elementenlehre.

Herz	-Feuer	-Blutgefäße	- Zunge	- Liebe	- Herzeleid
Milz	- Erde	- Bindegewebe	- Mund /Lippen	- Heiterkeit	- Grübeln, Sorge
Lunge	- Metall	- Haut/Haare	- Nase	- Trauer	- Depression, Arroganz
Niere	- Wasser	- Knochen	- Ohren	- tragend	- Existenzangst
Leber	- Holz	- Sehnen	- Auge	- aktiv	- Depression, Wut

das Herz entspricht dem Bitteren	- Bitternis schadet dem Herz
die Milz entspricht dem Süßen	- zu viel Zucker schadet Milz/Pankreas
die Lunge entspricht dem Scharfen	- vermehrte Atmung bei scharfen Essen
die Niere entspricht dem Salzigen	- zu viel Salz schadet der Niere (Energie)
Die Leber entspricht dem Sauerem	- zu viel Säure schadet der Leber, weil die Galle vermehrt ausgleichen muß.



Aus diesem Elementenchema lassen sich einige Symptome ,wie zB Durchfall bei Angst ,recht gut erklären.

Aus chinesischer Sicht ist der Mensch dann gesund, wenn die 5 Hauptorgane harmonisch miteinander arbeiten, wenn keines geschädigt wird. Die

Hauptschädigungsmöglichkeiten sind : falsche Ernährung  
chemische Einwirkungen  
Wettereinflüsse  
falscher Gefühls Umgang.

Wozu nützt dieses chinesische Wissen?

Wenn Organe sei es durch Therapie (zB die Chemo) oder den Krebs direkt angegriffen werden, kann man nach den sogenannten gekoppelten Organen schauen und, was fast noch wichtiger ist , nach den versäumten oder verdrängten Gefühlen suchen, und damit die entsprechenden Organe entlasten.

Auch die Schulmedizin erkennt inzwischen offiziell eine Verbindung zwischen Körper und Seele an. Hier ist der Begriff Psycho-neuro-immunologie (inzwischen ein Prüfungsfach im Staatsexamen) ganz zentral zu sehen. Psycho bedeutet Seele, Neuro hat mit dem Nervensystem zu tun und Immunologie steht für Körperabwehr. Wenn die Seele leidet spüren viele, wie sich etwas zusammenzieht. Dieses Zusammenziehen ist auch unter dem Begriff Verspannung bekannt. Ziehen sich die Gefäße zusammen, bekommt man zB kalte Hände und Füße oder auch Kopfschmerzen. Im Gehirn, dem zentralen Nervensystem sind die Gebiete, die bei Gefühlen aktiv werden ganz nah an Regionen ,die die Gefäßweite regulieren. Die Verspannungen führen zu einer Verminderung der Durchblutung und damit zu Sauerstoffmangelschäden. Darunter hat auch das Immunsystem zu leiden. Damit ist das Terrain für das Angehen von Krankheiten wie zB Infektionen , Viren und auch Krebs geschaffen. Es ist bis heute noch nicht erklärbar, warum das menschliche Blut nicht absolut keimfrei ist. Ebenso erstaunlich ist , daß in der Mundschleimhaut auch von völlig gesunden Menschen zu einem gewissen Prozentsatz Keime wie Diphtherie, Streptokokken aber auch Meningokokken (Hirnhautentzündung) zu finden sind. Ein junges Mädchen, daß anfang des Jahres wegen einer Bagatellverletzung zu mir in die Sprechstunde kam, erzählte mir von einem Aufenthalt in Indien. Sie arbeitete 1 Jahr lang als Assistentin bei Mutter Theresa. Ich fragte sie, ob sie auch an alle empfohlenen Impfungen gedacht habe. Sie verneinte das freundlich. Noch nicht einmal Malaria hat sie abbekommen. Auch viele Patienten in Altenheimen scheinen sich aus einigen schulmedizinisch bekannten Tatsachen nichts zu machen. Statistiken deuten daraufhin, daß zB mehr Schlaganfälle außerhalb, als innerhalb von Altenheimen stattfinden.

Hinsichtlich Immunologie haben die Botenstoffe des Hirnes ,wobei der wichtigste Botenstoff, das Serotonin zu 90 % im Darmtrakt weilt, eine zentrale Stellung. Eine kranke Seele produziert eine krankhafte Botenstoffzusammensetzung. Diese dann zB lähmt die Freßzellen, die dann, die auch bei gesunden anfallenden Krebszellen nicht mehr besiegen können. Dazu ist eben eine gerichtete, ordnende Seelenenergie notwendig. Wen wundert es da, daß statistisch gesehen mehr Frauen an Brustkrebs

3

erkranken, die eine gescheiterte Ehe hinter sich haben und den Expartner hassen.  
Die unordentliche Energie des Krebses dient lichtmikroskopisch zur Typisierung und genauen Diagnosestellung. Je bösartiger der Tumor ist, desto chaotischer sehen die Zellkerne aus (verschieden groß, verschieden geformt). Der Begriff diabolisch leitet sich von diabol in im griechischen ab, was soviel heißt wie durcheinandermischen.

Was wäre der optimale Krebspatient ?

Jemand, der es gelernt hat, sich und andere zu lieben.

Jemand, der annehmen kann, was nicht mehr zu ändern ist.

Jemand, der auch unabhängig von Partner und Kindern glücklich sein kann

Jemand, der einen tiefen Sinn im Leben sieht.

Jemand, der seine Gefühle umweltverträglich ausdrücken kann.

Jemand, der auch die Gefühle von Angehörigen aushalten kann.

Diese Eigenschaften sollten auch die Angehörigen und Heilberufler haben.

Was kann der Krebspatient für sich aus der Erkrankung nützliches gewinnen ?

Der Krebs zwingt zum Abschied der bisherigen Zielsetzungen wie zB : ein Auto, ein Haus, ein Baum, ein Kind. Die Konfrontation mit dem nahen Tod zwingt zu anderen Sicht und Verhaltensweisen. Ein gesundes Umgehen mit Krebs mindert die Angst von unseren Kindern vor dieser Diagnose. Diejenigen, die an ein Leben nach dem Tode glauben lernen sich schon zu Lebzeiten zu lösen und zu begegnen, zum Schluß dem Tode. Die Diagnose Krebs reißt die Menschen aus der Oberflächlichkeit heraus.

Doch nun zu den gezielten Eingriffen in das Seelische

Die Einzelpsychotherapie :

diese ist nicht so erfolgreich, wie die Gruppentherapie.

Weil : auch Therapeuten unbewußte Blockaden haben

Weil : Charakterstrukturen sich mit dem zunehmenden Lebensalter derart verfestigen, daß das notwendige Einlassen auf den Therapieprozess selten gelingt, es fehlt das Lebendige.

Zur Gruppentherapie :

Vorteile (wenn die Motivation hierfür gelingt)

seelische und körperliche Entlastung von Erkrankten, Helfern und Angehörigen.

Gelingt sie nicht dann : Vereinsamung

durch die Unfähigkeit wichtiger Bezugspersonen schmerzliche Gefühle auszuhalten bzw annehmen zu können.

Durch die Wahrnehmung des Patienten, anders zu sein und gemieden zu werden

Durch den Glauben, daß nur ein Ausdruck von Optimismus und Liebenswürdigkeit weiterhelfen.

Die 7 Wirkfaktoren der Gruppentherapie :

- 1) Altruismus = für andere da sein = liebe deinen nächsten wie dich selbst
- 2) Feedback = Spiegelung unter gleichen führt zur echten Auseinandersetzung mit sich selbst, zur gesunden Distanzierung und Reflexion.
- 3) Verhaltensänderungen zB durch Identifikation mit Vorreitern zB durch tiefes Getragenwerden von Mitbetroffenen (eine Ebene, Resonanz)

- 4) Katharsis : = Zulassen eines befreienden Gefühlssturmes. Hierbei wirkt das Gruppenphänomen eindeutig stimulierend. Das Zulassen des befreienden Gefühlssturmes ist auch in den Einzeltherapien ganz entscheidend.
- 5) Zusammenhalt der Gruppe durch gemeinsame moralische und ethische Ziele. ZB einer für alle, alle für einen.
- 6) Renovierung von Beziehungserfahrungen aus der Ursprungsfamilie ,meist unbewußt. Erfahrung von Geborgenheit in der Gruppe und damit Möglichkeit, Gefühle zu äußern.
- 7) Gemeinsames Leid = geteiltes Leid

Fallbeispiel:

Vignette (Spiegel et al) Patientin mit Hirnmetastasen kurz vor dem Sterbeprozess . Sie kam trotzdem zur letzten Sitzung . Die Gruppe war sauer,daß sie in diesem Zustand teilnahm.Später erkannte die Gruppe , daß der Ärger aus der Hilflosigkeit kam.Man beschloß das nächste Treffen am Bett der Patientin.Diese war nur noch teilweise wach, aber deutlich gerührt.Das half der Gruppe sehr.

Das Zuhören

Historische Beispiele, in denen es um das Hören geht

- wer Ohren hat zu hören (Bibelzitat)
- Am Anfang war das Wort (Bibelzitat)
- Das tibetanische Totenbuch = Bardot Tödol= Lehre durch Hören
- Das Innenohr als erstes fertiges Organ des Kindes im Mutterleib
- Jemanden gehören, gehorchen
- Das Hören bei Momo

a : das aufnehmende Hören

Hierbei hält sich der Zuhörer zurück und beschränkt sich auf Nicken und Hm-sagen.

b : das umschreibende Hören

Der Zuhörer wiederholt zB was er verstanden hat

c : das aktive Zuhören

Hierbei versucht der Zuhörende auch die Körpersprache des Gegenüber miteinzubeziehen, er stellt Fragen aus dem Gefühl und aus dem Verstand heraus. Es ist dann eine Kommunikation, die eher wie ein Tanz ist.Man führt und läßt sich führen. Es fließen Wahrnehmungen mit ein , die zB einbeziehen

- die körperliche Nähe ,wie jemand auf einen zukommt
- die Körperhaltung ,die sich gut imGang ausdrückt
- wie jemand die Hände bewegt oder die Füße
- wie der Augenkontakt ist zB ausweichend
- wie sich das Lachen anfühlt,wenn es da ist
- wie die Sprachfrequenz ist (hohe oder tiefe Stimme)
- wie die Sprachmelodie ist und der Rhythmus
- wie die Atmung des Gegenüber wirkt
- wie würde sich der Zuhörer in der Haut des Patienten fühlen



Doch nun zum letzten Teil des seelischen Teiles des Vortrages.

Das ist die Frage nach dem Sinn.

Warum ist diese so sinnvoll ?

Weil da etwas sich auftut , was zutiefst menschlich ist

Weil da etwas ist wonach wir suchen können

Weil da etwas ist, woran wir uns erinnern können

Weil da etwas ist , was uns hilft schlimme Momente durchzuhalten

Weil da etwas ist, womit wir unsere Angehörigen entlasten

Weil da etwas ist, das uns hilft , einen größeren Zusammenhang zu schaffen

Weil da etwas ist , daß die Kraft des Glaubens einschalten kann

Weil da etwas dem Tod den Stachel wegnimmt (Bibelzitat)

Hier seien 5 bekannte Antworten auf die Sinnfrage angerissen :

das Jüdisch-christliche

das Islamische

das Buddhistische

das Hinduistische

allen gemeinsam ist : die freiwillige Unterwerfung unter eine Idee

Weisungen, wie das Leben zu führen ist (zB Gebote)

Heilsversprechungen bei Befolgung der Weisungen

Hinweis auf die Qualen, bei Nichtbefolgung der Weisungen

Wie kommt man ganz schnell zum Heil ?

Im Jüdisch-christlichen : wenn der Gläubige mündig ist , dann versteht er die Sünde als Hinweis für den rechten Weg und läßt sich erlösen. Hier ist die Liebe ganz zentral, aber auch die Gnade.

Im Islam : wenn der Gläubige gehorsam die Gebote erfüllt (Mekka,Ramadan, Almosen) dann kommt er automatisch in das Paradies.

Im Buddhismus und Hinduismus soll der Gläubige auf alle weltlichen Bedürfnisse und Triebe verzichten und erlangt dann die absolute Befreiung vom Ich. Als erstrebenswert wird es bezeichnet, wenn der Erleuchtete sich mit allem eins fühlt (Nirvana)

Wichtiges zum Brustkrebs :

Die Bedeutung der Brust :

Für jeden Menschen (der gestillt wurde) ist die Brust gleichzusetzen mit der ersten tiefen Näheerfahrung, die die erste Lebenslust darstellt.

Die Brust ist ein wesentlicher Teil der weiblichen Identität und Autoerotik

Die Brust ist ein wesentliches sexuelles Kontaktorgan.

Eine Brustamputation stellt die geschlechtliche Identität und Attraktivität massiv in Frage. Oft werden schwere Schuldgefühle wachgerufen, die dann wiederum Partnerschaft und Immunität stören.

Der Brustkorb kann als bewußte Körperebene angesehen (das Ich und das Du)

Der Bauch kann als unbewußte Körperebene betrachtet werden (das Wir)

Der Kopf kan als der Sitz des Verstandes gesehen werden (das Ich)

Das Genitale als unbewußteste Ebene, (das Wir in transformierter Form)