

Abschied von der Sehnsucht, alles in den Griff zu bekommen

ANDREAS LEDERMANN

Hinter der Suche des Menschen nach linearen Regeln steht die Sehnsucht nach absoluter Kontrolle über seine Umwelt. Dieses Bedürfnis nach Kontrolle ist aber nichts anderes als die menschliche Angst vor dem Chaos, dem Zustand vermeintlicher Regellosigkeit. Diese Regellosigkeit zeigt sich in unserer Praxis bei Erstverschlimmerungen, welche nach Polarity-Sitzungen auftauchen können.

Der Polarity-Therapeut / die Polarity-Therapeutin sollten im eigentlichen Sinn eine künstlerische, schöpferische und freischaffende Persönlichkeit sein. Ihre Kunst besteht darin, die Gesundheit zu fördern und den Kranken zur Selbstheilung zu führen. Sie sollten auch dafür sorgen, dass dieses Heil möglichst lange und freudvoll erhalten bleibt. Darum sollten auch die Kranken aktiv nach ihren Möglichkeiten mitwirken. Den Kranken geht es viel besser, wenn sie sich aktiv am Heilungsprozess beteiligen.

Der Arzt Dr. Andrew Weil (Professor der inneren Medizin, in den USA), wurde danach gefragt, was uns gesund mache. Seine knappe Antwort war: «Die Natur! Wenn ein Tier verletzt ist, heilt die Verletzung, wenn Pflanzen beschädigt werden, heilen sie wieder. Auch unser menschlicher Körper hat eindeutig ein Heilsystem, mit dem er sich wieder selber instand setzt.»

Der Therapeut oder Arzt pflegt, die Natur heilt.

Einer meiner Klienten hatte eine Brustfellentzündung. Er wollte diese Infektion (welche sowohl viral wie bakteriell war) nicht mit Antibiotika oder sonstigen allopathischen Medikamenten behandeln. Sein Arzt war einverstanden mit dem Versuch, aber nur für drei Tage. Die Wickel, viel Trinken von Wasser und speziellen Tees brachte etwas Erleichterung. Sehr nützlich waren die Wickel später gegen die starken Schmerzen, welche durch die Vernarbung des Brustfells entstanden waren. Auch sehr hilfreich waren die täglichen Polaritysitzungen und die prozessorientierte Gesprächsführung. Dabei wurde sein Stress am Arbeitsplatz (Mobbing) ernst genommen und aufgearbeitet (diese Arbeit ging noch mehrere Wochen weiter). Die schulmedizinischen Laborparameter waren nach drei Tagen fast im Normbereich! Zufall? Materiell wurde aus medizinischer Sicht nicht allzu

viel gemacht, dafür wurden die nicht-materiellen Ursachen anerkannt. Der Klient kam wieder in Kontakt mit der Natur und mit seinem inneren Arzt. Medicus curat, natura sanat; der Arzt pflegt (lediglich) und die Natur heilt; Paracelsus und Hildegard von Bingen glaubten, dass es der Archeus (Innere Arzt) ist, der die Heilung in Gang bringt.

Achtsamkeit heisst Lebensqualität

Den Menschen gehen täglich 60'000 Gedanken durch den Kopf. Aber bereits die bewusste Wahrnehmung des Atems erfordert Achtsamkeit. Nur was wir bewusst wahrnehmen, können wir verändern. Die Sorge um die Zukunft hält uns oft gefangen. «Wer sich wirklich um die Zukunft kümmern will, muss die Gegenwart nutzen. Denn nur der Augenblick ist frei», sagt Anna Gamma, eine Zen-Meisterin.

Abschied von der Sehnsucht, alles in den Griff zu bekommen

Die Geschichte ist voller Berichte über Mystiker und Weise, die einige Zeit einsam in der «Wildnis» lebten, die dort das innere Chaos und die dunkle Nacht der Seele erfuhren. Um Körper und Geist zu heilen, ist es in vielen traditionellen Kulturen notwendig, sich in die Dunkelheit, in das Chaos zu begeben. Genau das geschieht oft in der Polarity-Therapie, wenn die Patienten loslassen, frei assoziieren und sich auf das im Unbewussten Vergrabene einlassen.

In meinen Händen halte ich

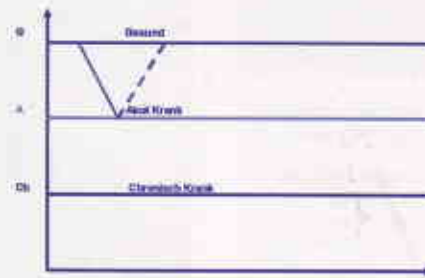


Es kann sich in einer Krankheit oder einem Symptom zeigen. Immer wieder haben KlientInnen nach der Behandlung Erstreaktionen und Erstverschlimmerungen. Sie bekommen dabei oft Angst und erleben chaotische Momente. Dann erkläre ich den KlientInnen die Diagramme (siehe rechts) und sage ihnen, dass dies eine gesunde Reaktion ist (sofern der Therapeut die Kontraindikationen und die ethischen Richtlinien beachtet hat).

Wenn wir Abschied nehmen von der Sehnsucht, alles in den Griff zu bekommen, kann sich aus diesem urtümlichen Chaos das Neue, die

Heilung selbst organisieren.

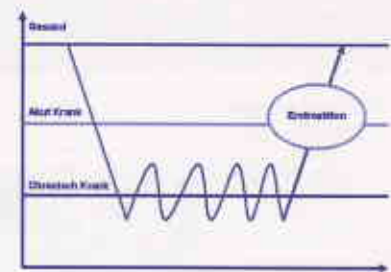
A Krankheitsverlauf bei



Spontan- oder Selbstheilung

1. Mensch ist gesund.
2. Mensch wird akut krank.
3. Mensch wird wieder gesund.

B Krankheitsverlauf bei



chronischer Erkrankung

1. Mensch ist gesund.
2. Mensch wird akut krank.
3. Mensch wird chronisch krank.
4. Erstreaktion/Erstverschlimmerung
5. Mensch wird wieder gesund.