

Eine Einladung zur spirituellen Sicht auf „Krankheit“

Burkhard Zeunert,

30.Mai 2008

Beim intuitiven Nach-Denken über „Demenz“ ließ ich ihr Erscheinungsbild, ihre Auswirkungen und Struktur auf mich wirken und kam zu einer verblüffenden Einsicht:

Das natürliche Abnehmen an Körper- und Sinneskräften im Alter kann unterschiedlich gedeutet und bewertet werden. *Unser Umgang mit diesem natürlichen Vorgang hat entscheidende Bedeutung sowohl für den Verlauf dieses Vorgangs bei der individuellen Persönlichkeit als auch für die Art und Auswahl von „Hilfs-Angeboten“ von professioneller und privater Seite.*

Was in unserer Gesellschaft als Krankheitsbild *Demenz* beschrieben und gefürchtet wird, verweist in seiner Struktur und Tiefe bei einer ganzheitlichen Betrachtung des Lebens auf einen menschennotwendigen Reifungsweg hin, der in dem neutestamentlichen Satz „*Du aber musst wachsen, ich aber muss abnehmen*“ beschrieben wird, dem Weg zur Transpersonalität, die endgültig im Sterben vollzogen wird.

Was heute unter dem weiten Sammelbegriff Demenz gefasst wird, spiegelt einen wechselseitigen gesellschaftlichen und individuellen Entfremdungsprozess wider, der durch die materialistische Geisteshaltung unserer Zeit bei vielen Zeitgenossen mit hervorgerufen wird. Er stellt sich einerseits als Ausdruck eines sozialen Vereinsamungsprozesses zu immer mehr Beziehungslosigkeit unter Verlust der eigenen Geschichte dar, andererseits offenbart er unsere gesellschaftliche Kälte und Unfähigkeit, mit Gebrechlichkeit und Sterben menschenwürdig umzugehen.

Von dem älter und schwächer werdenden, vereinsamenden Menschen (Verlust von Mobilität, Lebenspartnern, Einschränkung der aktiven Gestaltungsmöglichkeiten des eigenen Lebensraumes...) wird dann auch (meist unbewusst) dieses „Ich kann nicht mehr“ als Schutz vor Enttäuschung und Kränkung durch beziehungsloses Verhalten seiner Umwelt instrumentalisiert. Der Weg in die Krankheit, der Rückzug auf sich selbst und seine Innenwelt wird als kleineres Übel gewählt.

Und jetzt beginnt ein sich wechselseitig verstärkender und legitimierender Teufelskreis. Die Stufen hierbei sind auf Seiten des „Patienten“ auf der somatischen Ebene das Abnehmen der Sinneskräfte: Sehen, Hören und geistige Beweglichkeit, was wiederum sich wechselseitig verstärkend parallel zur körperlichen Bewegungseinschränkung fortschreitet, und dann auf Seiten der „bezahlten Pflege“ Symptome mit Psychopharmaka behandelt und den scheinbar Verwirrten aus falscher Fürsorglichkeit in seiner noch möglichen, eigenverantwortlichen Bewegungsfähigkeit immer mehr eingeschränkt, bis hin zur Heimeinweisung mit dem Verlust aller biographisch erworbenen Orientierungsmöglichkeiten.

Fataler kann der natürliche Alterungsprozess von Menschen im akuten Verlauf nicht beeinflusst und beschleunigt werden. – Auf diese Weise hat er im „Patientenstatus“ keine Chance mehr, den durchaus „schmerzlichen“ Alterungsprozess mit Hilfe liebevoller, sozialer Begleitung in einen Reifungsprozess umzuwandeln. Der Weg jeder Weinrebe zum Eiswein hin wird angemessener begleitet! Das Schrumpeln der Traube wird als Wertsteigerung bewertet.

Wurde in der kindlichen Entwicklung durch gezielte Förderung der Grob- und Feinmotorik das Gehirn im Bereich Orientierungsmöglichkeit, Einzelfallbereich und Kurzzeitgedächtnis entwickelt, so bilden sich gerade auch diese Bereiche durch Nichtförderung im Alter bei gleichzeitiger medialer Überfütterung als Beziehungersatz umso schneller zurück.

Wie bei Kindern führt eine unpersönliche Reizüberflutung aus Selbstschutz zum unsortierten Ausräumen des Kurzzeitgedächtnisses (Bulimieverhalten, Vergessen) oder zu dem Gefühl von innerer Unruhe, wenn die unsortierten Informationsfetzen nicht losgelassen, das Räderwerk der Gedanken abgestellt werden kann. So aber bleibt der Weg zum erholsamen Schlaf verstellt.

Gleichzeitig wird der durch Beziehungslosigkeit verbunden mit Reizüberflutung aufgebaute Stress nicht durch Bewegung abgebaut, sondern bricht sich oft in aggressiver Gereiztheit und Übertragungssituationen Bahn.

In all solchen Fällen wird medikamentiv reagiert, was den Krankheitsprozess nur beschleunigt und zu höheren Dosierungen führt. Hierdurch wird aber auch die Möglichkeit zu emotionaler Erlebnisfähigkeit zunehmend eingeschränkt mit der Folge der Verringerung der Erinnerungsfähigkeit, d.h. die wesentlichen Gehirnprozesse zwischen Hippocampus und Neokortex verkümmern schneller.

Aus der Vermeidungsangst der Umwelt werden solche Menschen immer mehr zu verwalteten Objekten und fühlen sich als Person nicht mehr wahrgenommen und angesprochen. (Einen kleinen Vorgeschmack kann manchmal schon ein begrenzter Krankenhausaufenthalt vermitteln.) Um dieser fortgesetzten Kränkung auszuweichen, ziehen sich dann solche Patienten aus Selbstschutz in ihre unzugängliche Innenwelt zurück– ähnlich wie beim Phänomen Ohnmachtsanfall oder blackout in totalen Überforderungssituationen.

Auf der strukturellen Ebene betrachtet ist so die „somatische Reaktion“ eigentlich lebensrettender Schutz vor seelischen Zusammenbrüchen. Durch eine Symptombildung (bei einem der jeweiligen Prädisposition der Persönlichkeit sich anbietenden Organ) wird dann der Mensch auf der Handlungsebene lahmgelegt, so erhält er Zeit zur seelischen Regeneration.

Dieses Phänomen macht sich die Medizin beim Versetzen in das künstliche Koma zueigen.

In der Kindheit sind wir an „Kinderkrankheiten“ erkrankt und haben in eben dieser „Ruhestellungs- und Schutzphase“ wesentliche psychische Entwicklungsschübe gemacht.

Das ist das Wesen des Lebens: in jeder Krise liegt eine Entwicklungschance auf der gleichen oder einer höheren Ebene. Voraussetzung hierzu ist meine angemessene inneren Haltung: „Wer weiß, wozu es gut ist?“ und nicht die hadernde Frage: „Warum musste das gerade mir passieren?“ - Schon eine kleine Änderung der inneren Haltung kann mich aus der vergangenheitsblockierten Sicht befreien, wenn ich mich von der „Theodizeefrage“: *womit habe ich das denn verdient?* löse und ich meine innere Suche auf die Wirkzusammenhänge richte: *„was hat dazu geführt, dass...was hat welche Rolle gespielt?“*

Derartige Fähigkeiten müssen in der Lebensgeschichte entwickelt und eingeübt werden.

Dieses wäre die beste Präventionsarbeit für den Alterungs- und Reifungsprozess, die schon die Gegenwart des Lebens bereichern würde.

Nicht die Tatsache, dass heutzutage so viele Menschen das hohe Alter erreichen, ist die Ursache für die Zunahme von Demenz, sondern die Art und Weise, wie gedanken- und beziehungslos unsere Gesellschaft das Zusammenleben gestaltet! Hierbei spielen auf gesellschaftlicher Ebene die materialistische Grundeinstellung, das Konkurrenz- und Neiddenken und der Jugendwahn eine wesentliche Rolle.

Auf diesem Hintergrund verwundert es dann auch nicht, dass wir uns im persönlichen Bereich nur im Falle eines „Un-Glücks“ die Frage stellen: *womit habe ich das verdient?*

Wenn es uns gut geht, kommt uns aber eben diese Frage nicht in den Sinn. Selbstverständlich haben wir das verdient! Wer macht sich schon Gedanken darüber, welchen Unterschied es ausmacht, hier im reichen, schönen Deutschland zu leben und eben nicht irgendwo in der sogenannten *Dritten Welt*. In Wahrheit aber ist eben nichts selbstverständlich oder allein unser Verdienst.

Wenn wir uns dieser Erkenntnis stellen würden, müssten wir unsere innere Einstellung und Haltung der Wirklichkeit gegenüber verändern, dem Leben anders begegnen, eben in tiefer Dankbarkeit.

Es kämen dann Fragen und Gedanken wie:

Was nehme ich wahr von der Wirklichkeit?

Alles ist mit einander verbunden!

Nichts ist, wie es war.

Im Augenblick ist die Fülle alles Lebens gegenwärtig.

In immer neuen Formen tritt das Leben zu Tage.
Wo tauche ich mit meinem Bewusstsein auf?
Wie groß ist meine Einfühlsamkeit?
Wie weit reicht meine Ahnung vom Ganzen?

Als Ausdruck der Lebendigkeit konstellierte ich mit allem Leben um mich herum das gegenwärtige *Gesicht des Urgrunds allen Lebens*. In meiner wie auch jeder anderen Person erklingt eine besondere Note der Botschaft des Lebens und der Liebe.

Was von Bedeutung für das Ganze ist, geht prägend ein in den Prozess des Lebens, ansonsten zerfällt es in seine kleinsten Bestandteile, um wieder durch andere zu neuen sinnentsprechenden Lebensorganismen aufgebaut zu werden.

In mir wie auch in jedem anderen Lebewesen erklingt eine besondere Note der Botschaft des Lebens und der Liebe, auch Leben ohne neue Prägekraft wird als Pause für das Erklingen des Ganzen bedeutungsvoll.

Und wenn ich „*Ohren habe zu hören*“, reicht meine Bewusstheit durch alles Werden und Vergehen hindurch zum Urgrund allen Seins und aller Möglichkeiten.

Die Empathie ist der Weg, auf dem mir das Leben begegnet.

Seit Urbeginn ist *der Wandel das Wesen der Wirklichkeit*.

Aus der Spontaneität und Kreativität entfaltet sich die Wirklichkeit und erfüllt Raum und Zeit bis ins Unermessliche; die Potentialität und die geistige Struktur sind die Triebfeder des Lebens.

Durch die Zeugung wurde aus anderen ich als neuer, einmaliger Ausdruck des Lebens, hingegeben in die Vergänglichkeit, mit der Macht, dem Urgrund der Möglichkeiten einen neuen Gesichtszug zu geben, der ihn auf alle Zukunft hin prägen wird als Wirksamkeit.

Ein „Wirks“ (der Quantenphysiker Hans Peter Dürr) im Gewebe der Wirklichkeit, das in intuitiver oder bewusster Öffnung der eigenen Begrenztheit über die Synapsen der Empathie für Augenblicke ins Unendliche reicht und so viel Energie in sich aufnimmt, dass es zu Erleuchtung und Vollmacht kommen kann.

In diesem *Augenblick von Transpersonalität* wird das „ego“ bedeutungslos, weil in *seiner Personalität* (personare = durchtönen) *das Leben tönt* und *mir* als vergänglichen Gefäß Erfüllung zuteil wird.

In der Kontemplation kommt es zur Erfahrung der Verbundenheit mit dem Ganzen.

Alle verschwenderische Fülle dient augenblicklich der Weitergabe des Lebens, damit die Symphonie des Lebens sich fortschreibt, wie lang auch immer der eigene Ton sein mag.

Alles ist auf das größere Sein angelegt (holon), wie es auch aus seiner Potentialität erwuchs.

Der Geist ist der Ermöglichungsgrund allen materiellen Seins, das nur auf Zeit hin Bestand hat und dessen Bedeutung sich erst aus der Zukunft erweisen lässt.

Und hier gilt das Paradox: je absichtsloser (uneigennütziger, aufs Ganze bezogener) eine Person dem Augenblick hingegeben ist, desto bedeutungsvoller kann sie für den Fortgang des Ganzen sein.

Dies gilt auf allen Ebenen des Seins und seiner holistischen Erscheinungsformen.

Empathie und Bindungsfähigkeit werden über den Wachstumsverlauf entscheiden, bis wohin der Energiefluss eines Lebensausdrucks reichen kann.

Liebe ist die Grundstruktur allen Lebens, in der Vernetzung mit ihr ist der Ohnmächtige (selbst-los Handelnde) auf einmal stark vom Sinnnganzen her, ist er mit allem verbunden, kann er zum gegenwärtigen, vollmächtigen Ausdruck des tiefsten Sinn allen Seins werden, nicht als Zustand, sondern als augenblicklicher Träger der Bewusstheit von Wirklichkeit, als Prophet, als charismatisch Handelnder, als einer, der vorübergehend seiner Begabung entspricht.

All dieses wird im gegenwärtigen Prozess der Evolution für die *Gestaltwerdung der einen Menschheit* von größter Bedeutung sein, ob wir zum Ebenbild der Liebe allen Lebens werden, ob jeder einzelne Mensch seinen ihm und seinen Begabungen entsprechenden Platz

im entstehenden Organismus Menschheit finden und einnehmen wird; in jedem ist der Bauplan des Ganzen enthalten. Ohne Liebe wird sich dieser milliardenzellige Organismus nicht zum Leben entfalten und überlebensfähig organisieren können.

Dabei bringt jeder Mensch in seiner Einzelentwicklung diese Fähigkeit mit: seine Formung von Anbeginn her. Sein Weg aus dem Urgrund allen Lebens lässt ihn, nachdem er zum Leben kommt, in seiner Bewusstseinsentwicklung alle Stufen der Menschheitsentwicklung durchlaufen, die Stufe der „All – Identität“, in der er mit dem Urvertrauen begabt werden kann, so wie er auf der somatischen Ebene während seines Geburtsvorgangs, nachdem er die Sterilität des „Urmeers“ verließ, die einmalige Mitgift milliardenalter Mikroorganismen als Überlebensschutz erhielt.

In der Phase des sozialen Mutterschoßes erlebt sich der werdende Mensch als Einheit mit seiner Mutter, und es wird für ihn von höchster Bedeutung sein, wie er aus der Phase der Subjekt – Objektrennung hervorgehen wird. Nur wenn er genug Liebe erfährt, wird er das Getrenntsein nicht als Verlust oder Katastrophe erleben und fühlen können und zur seelischen Gesundheit heranreifen können, mit den Worten der Transaktionsanalyse gesprochen: ich bin ok und meine Mutter ist ok. Nur so kann sich das Kind wirklich zu einer eigenständigen, sozialen, Empathie fähigen Persönlichkeit entwickeln, die *anderes* als Bereicherung seines Lebens erfahren kann, ohne Angst vor Neuem.

So kann sich das Bewusstsein als holon entwickeln: ich bin jemand einmalig Eigenes *und* gehöre zum Ganzen dazu; so wird er befähigt, seinen Platz im Leben zu finden und kreativ auszufüllen, zum Wohl des Ganzen, so wird er auch befähigt, seine letzten Schritte zu gehen.- Da in den letzten Jahrzehnten in unserer Gesellschaft aus benannten Gründen die Gemeinschaftsfähigkeit stark abgenommen und der Trend zum Singlewesen und seelischen Autismus stark zugenommen hat, wirkt sich diese komplexe Entwicklung natürlich auch auf die entsprechende Abschlussphase des Lebens von Menschen aus.

So könnte man die somatischen Symptome als Ausdruck seelischer/geistiger Erkrankungen verstehen, da sich die geistigen Strukturen je neu materialisierten. Das aber bedeutet, dass die *Heilung von Menschen* nicht in erster Linie durch die Weiterentwicklung von Medikamenten erfolgen kann, sondern in der Auflösung und geistigen Überwindung von gesellschaftlichen Fehlentwicklungen und Verrücktheiten.

In dieser Hinsicht ist alle Arbeit im Bereich von Bürgerhilfe, Global Marshallplan und Weg – Gemeinschaft im Alter zutiefst Präventionsarbeit gegen gesellschaftliche und individuelle Demenz.

Es wird darum gehen, dass wir unseren natürlichen Alterungsprozess mit all seinen oft schmerzlichen Veränderungen als spirituelle Herausforderung annehmen lernen, um alle Lebensstufen bewusst zu beschreiten und letztlich zu reifen, um so im Einklang mit dem Leben unser Leben begreifen und loslassen zu können.

Habe ich bewusst und achtsam gelebt, die Beziehungen meines sozialen Atoms aktiv gestaltet, dann werde ich auch beim Abnehmen eigener Kräfte und zunehmender Gebrechlichkeit innerlich nicht einsamer, sondern mich dankbar von der Liebe anderer, ja des Alls, getragen erleben. Ich war immer schon, von Geburt an auf die unverdiente Liebe anderen Lebens angewiesen, nur bei zunehmender Ohnmacht wird mir meine frühere Selbstüberschätzung bewusst, so dass ich immer mehr den Geschenkcharakter des Lebens dankbar zu begreifen beginne. Hierbei wird für meine seelische Gesundheit eine „Weg-Gemeinschaft im Alter“ eine entscheidende Bedeutung haben!

Und indem ich meine Zeitlichkeit schmerzlich zu begreifen beginne, kann die Wertschätzung des scheinbar Selbstverständlichen beginnen. In der Entschleunigung des eigenen Lebens eröffnet sich oft erst die Möglichkeit, aus der Fülle des Augenblicks Neues staunend wahrzunehmen.

Erst wenn am Abend nach der Intensität und verzaubernden Färbung durch das Abendlicht die Farben aus dem Tal weichen und der Gesang der Vögel nach und nach verstummt, beginne ich auf einmal den Bach zu hören, der aber immer schon rauschte.

So wird es auch an meinem Lebensabend sein und ich werde den Lebensstrom hören! 4