

Thema: Goldegg Verlag

Autor:



Nr. 281 • Juni 2012 kostenlos

Bewusst Sein

PROGRAMM & FORUM + VERANSTALTUNGSKALENDER

Venuskarte

dieses Heft wurde
überreicht durch:

Abb. Venuskarte „Liebeskraft“ - aus „Venus - Die Heilung der Liebe“ von Werner J. Neuner
© meinThema Verlag • ISBN 978-3-9502439-5-6



- Vorträge
- Kurse
- Seminare
- Workshops
- Buchtipps
- Spiritualität
- & Ganzheitliches Wohlbefinden

Buchauszug: *Karl Isak* „Schmerzen wegdenken“

Abs.: W.A.f.M., Postfach 36, 1042 Wien

Erscheinungsort/Verlagspostamt: 1042 Wien · P.b.b. GZ 022031507 M

Thema: Goldegg Verlag

Autor:



Karl Isak

Schmerzen wegdenken

**Helfen Sie sich selbst
Eine psychologische Schmerztherapie**

Goldegg Verlag

ISBN 978-3-902729-61-3

350 Seiten

€_A 22,- / €_D 21,40 / SFr 28,06



DDr. Karl Isak ist Psychologe, Sozial- und Wirtschaftswissenschaftler und Pädagoge. Er verfügt weiters über eine psychotherapeutische Ausbildung in der katathymen imaginativen Psychotherapie (KIP). Als Trainer, Coach, Therapeut und Consultant setzt sich Karl Isak mit der Individualität und den Stärken des Menschen auseinander. Sein Schwerpunktthema ist die Schmerztherapie, in der er psychotherapeutische Methoden mit mentalpsychologischen Interventionen kombiniert.

Beinahe ein Drittel der Menschheit leidet an Schmerzen, die manchmal über die Grenze des erträglichen hinaus zu Selbstmordgedanken führen. Ein Großteil dieser Menschen hat bereits eine Odyssee an Arztbesuchen hinter sich, deren Resultat meist reine Symptombekämpfung war. Die Schmerzen jedoch blieben. Alle Menschen, die an chronischen Schmerzen erkranken, werden bzw. wurden in ihrem Umfeld gekränkt. Karl Isak arbeitet mit seinen PatientInnen daher an der Ursache der Schmerzen und an der psychischen Bewältigung verletzender Ereignisse oder Lebensumstände. Er nutzt dabei u.a. die Fähigkeit des menschlichen Gehirns erwünschte körperliche Reaktionen selbst herbeizuführen. Dieses Buch erzählt auch die Geschichten von Menschen, denen es gelungen ist mithilfe dieses Therapiekonzeptes und den Übungen, die im Buch erklärt werden, Schmerzen zu überwinden oder diese wesentlich zu lindern.

Glück – Glückseligkeit – Schmerzfreiheit

Ich saß gerade bei einer Nachbetrachtung einer Therapiesitzung. Die Klientin Christine klagte nicht nur über Schmerzen, sondern erzählte von einer schweren Kindheit und von einer lieblosen Beziehung – sie war zutiefst unglücklich. Kurt, der nächste Patient – er war schon einige Male zu mir gekommen – trug einen Vaterkonflikt in sich, dessen er sich bislang nicht bewusst war, und er ist auch vom Unglück gezeichnet. Vor Christine war Dominique bei mir gewesen. Ein aufgewecktes Bürschchen von zwölf Jahren, das die Erwartungshaltungen seiner Mutter nicht erfüllen konnte und unter ihrem Druck zu zerbrechen drohte. Als ich ihn das

erste Mal sah, zeigte sich ein tieftrauriger Ausdruck in seinem Gesicht – seine ganze Erscheinung war eine des Unglücks.

Plötzlich fiel es mir wie Schuppen von den Augen. Unglück – das ist der Begleiter meiner Klienten durchs Leben. Mir wurde plötzlich klar, dass keiner meiner Patienten mit chronischen Schmerzen ein glücklicher Mensch war. Nein, nicht weil sie Schmerzen hatten, sondern weil sie die jeweiligen Rahmenbedingungen zum Unglücklichsein beisteuerten. Alle Schmerzpatienten waren unglücklich – viele sogar angstbesetzt. Mir fiel plötzlich Friedrich ein, der über unbestimmte Schmerzen und über einen hohen Blutdruck klagte. Die Therapie hat seine Wut und seinen Ärger gegen seine Geschwister zutage gebracht, von denen er sich betrogen fühlte.

Thema: Goldegg Verlag

Autor:

Er konnte damit nicht umgehen und das ließ seinen Blutdruck steigen. Unterdrückte Wut und Ärger im frühen Erwachsenenalter führen laut Studien eher zu einer Hypertonie. Diese Menschen weisen sogar eine höhere Todesrate auf. Sie sterben also früher. Mit Wut und Ärger in sich kann man allerdings schwerlich glücklich werden.

Ich versuchte die Gegenprobe und achtete auf glückliche Menschen. Diese hatten keine Schmerzen – zumindest keine chronischen, die auf psychische Ursachen hinwiesen. Und wenn doch, dann waren diese offenbar kein Grund, einen Therapeuten aufzusuchen. Ist Glück der Schlüssel zu Schmerzfreiheit? Wenn ja, wo gibt es die Glücksschritte? Die Antwort hatte ich ja auf der Hand – ich verwende diese „Pille“ schon seit Langem und deshalb gesunden meine Klienten bzw. werden diese von ihren Schmerzen befreit.

Seit Jahren arbeite ich nach dem Konzept der positiven Psychologie. Es gab auch niemals einen Vortrag, den ich hielt, ein Seminar oder einen Workshop, den ich leitete, bei dem nicht explizit auf die Kraft der Stärkenorientierung hingewiesen wurde. Positive Gedanken werden Positives hervorrufen. Gedanken sind aber auch initiiert. Jeder sinnliche Reiz wie zum Beispiel meine Worte, die meine Zuhörer erreichen, verursacht ein neuronales Feuerwerk – eben Gedanken. Positive Wörter werden auch positive Gedanken produzieren. Also stehen bei meinen Veranstaltungen, Therapien und Coachingsitzungen immer positive Zuschreibungen im Zentrum. Es gibt stets etwas Positives zu finden und darauf kann man aufsetzen. Das halbe Glas Wasser kann ich als halb leer sehen – ich betrachte es immer als halb voll. Diesen Grundsatz pflege ich seit Jahren, dennoch war es mir lange Zeit nicht bewusst, in welcher Konsequenz das durch positive Interaktion hervorgerufene Glücksgefühl mit dem Schmerzthema unmittelbar zusammenhängt.

Stärken und nähren, das sind die Basiselemente in der Kathym-imaginativen Psychotherapie. Ich ging immer ein Stück weiter und versuchte schon alleine durch Bestärkungen, eine positive Körpersprache und natürlich auch durch Mentalpsychologische Interventionen einen Ausgleich

zu schaffen. Gerade im Coaching ist das ein sehr aktives Element. Schüre ich bei meinen Coachees Selbstbewusstsein, dann erzeuge ich auch Selbstbewusstsein. Hole ich aus den Menschen das Positive hervor und stelle ich es in den Vordergrund, dann rücken das Negative und die Schwächen automatisch in den Hintergrund.

Vor Jahren entwickelte ich ein Konzept für teilleistungsschwache Kinder. Ein wesentliches Umsetzungsdetail waren meine damals neuen Mentalpsychologischen Interventionen. Teilleistungsschwächen äußern sich darin, dass bestimmte schulische Anforderungen nicht erwartungsgemäß erbracht werden können. Legasthenie (Lese-Rechtsschreib-Schwäche), Dyskalkulie (Rechen-schwäche), Aufmerksamkeitsdefizite (ADS – Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom) oder Hyperaktivität sind Diagnosen, die auf Teilleistungsschwächen beruhen und den Kindern das Leben schwer machen. Ich entwickelte für solche Kinder Mentalpsychologische Interventionen, die parallel zu kognitionspsychologischen Tools eingesetzt wurden. Bei

Thema: Goldegg Verlag

Autor:

diesen Interventionen kehrte ich die Schwäche in eine Stärke um. Vereinfacht formuliert, erhielt ein Kind, das zum Beispiel Probleme beim Rechnen hatte, im Trancezustand die Botschaft, dass es eben sehr gut rechnen könne. Diese Botschaft war immer eine Imagination, die in eine positive Szene eingebettet war. Zum Beispiel rechnete das eigentlich rechenschwache Kind in seiner Fantasie an der Tafel vor den Augen des Lehrers und der Mitschüler völlig perfekt und natürlich fehlerlos. Der Schüler sah sich in einer Szene des Erfolgs und erlebte die Situation als Rechenmeister. Im Sinne dessen, dass Gedanken Wirklichkeit werden, wurden solche Interventionen auch bei den teilleistungsschwachen Kindern immer Wirklichkeit. Sie gingen leichter mit ihrem Problemgegenstand um, lernten dafür *motivierter und konzentrierter und wurden* letztendlich das, was sie sich immer wieder vor ihrem inneren Auge vorstellten. Aber nicht nur das. Die Rückmeldungen der Eltern bezogen sich auf viele emotionale Kriterien. So verhielten sich die Kinder ausgeglichener, sie waren weniger aggressiv oder verloren ihre Aggressivität, sie gingen gerne zur Schule, kamen mit ihren Lehrern besser aus, das Verhältnis zu den Eltern verbesserte sich, das Lernen wurde freudvoller und brauchte weniger Druck. Es gab noch viele andere positive Konsequenzen, aber alle führten zu einem Ergebnis: Die Kinder wurden glücklicher.

Dieses Prinzip ist eines, das bei Schmerzpatienten ebenso gilt. Glück ist der Motor für Gesundheit. Was aber Glück für den Einzelnen bedeutet, scheint unterschiedlich zu sein. Die Definition des Begriffs ist nicht so

einfach. Oft wird das Wort „Glück“ mit Lust, Erfolg, Zufriedenheit, Wohlbefinden, Freude oder Sinn gleichgesetzt. Aus der Sicht der Psychologie ist „Glück“ eine starke positive Emotion, die Zufriedenheit schafft. Solches kann für den Augenblick gelten oder auch von Dauer sein – im Sinne von „Lebensglück“. Die Eigenschaften von Glück werden ausführlich beschrieben. Große Freude, Begeisterung, Entzücken, positive Sichtweise, Wachheit, positive Wahrnehmung und Erinnerung, Selbstzufriedenheit, positives Selbstkonzept, Aufgeschlossenheit, Flexibilität, Produktivität, schöpferische Kraft, Kreativität, Schönheit, Harmonie, Freiheit und vieles andere mehr sind Beispiele für das, was man mit Glück in Verbindung bringt. Es ist unschwer zu erkennen, dass Krankheit und Schmerz in diese Listung nicht hineinpassen. Wenn Krankheit und Schmerzen das Leben bestimmen, dann fehlen in der Regel auch die „glücklichen“ Eigenschaften. Somit sind glücklichmachende Interventionen bei kranken Menschen mit Schmerzen Teil meines Therapiekonzepts.

Einer, der sich von der negativen Psychologie abwandte, ist Martin Seligman, der mit seinen Studien zur erlernten Hilflosigkeit¹⁷ internationale Anerkennung erfuhr. Eines Tages erkannte er, dass sich die Psychologie hauptsächlich mit der Schattenseite des Lebens beschäftigte. Die klassischen Psychologien fanden ihren Ausdruck in Therapien und Heilungen von psychischen und davon abgeleiteten körperlichen Problemen. Die positive Psychologie geht der Frage nach, was den Menschen glücklich macht. Seligman gilt als Hauptvertreter dieser psychologischen Disziplin. Seine Studien bestätigen die mächtigen Konsequenzen einer Orientierung hin zum Glück. Eine viel zitierte Studie bestätigt dies. Diese untersuchte die Aufsätze von Novizinnen und stellte deren emotionale Qualität ihrer *Lebenserwartung gegenüber. Novizinnen, die* wahrhaftig ihr Glück in einer Hinwendung zu Gott sahen, lebten weit länger als jene, deren Aufsätze wenig Euphorie zeigten.¹⁸ Glück sorgt also auch für ein längeres Leben. Das impliziert aber, dass dieses Leben gesünder ist, schließlich hängt Leben per se mit Gesundheit zusammen.



Thema: Goldegg Verlag

Autor:

Nun hat die positive Psychologie nicht das Geheimnis für das Glück gefunden. Überall gab und gibt es glückliche Menschen, deren Leben erfüllt ist von positiven Emotionen. Es gibt auch jede Menge von Wissenschaftlern oder anderen Experten, die Glück als Ausdruck eines „positiven Denkens“ sehen. Namen wie Dale Carnegie¹¹⁹, Joseph Murphy¹²⁰, Napoleon Hill, Norman Vincent Peale, Vera F. Birkenbihl¹²¹ oder Jürgen Höller¹²² haben zweifellos bei vielen Menschen Veränderungen gebracht. Deshalb ist es eigenartig, dass es den Versuch gibt, beim positiven Denken eine Unterscheidung zwischen einer Form, die der positiven Psychologie zuzuordnen ist, und einer anderen, die im esoterischen Sinne zu sehen ist, zu erzeugen. Die angeführten Autoren wären demnach der zweiten Gruppe zuzuordnen. Seligman versucht diese Grenze ebenso zu ziehen und meint unter anderem: „Positives Denken besteht oft darin, sich Dinge einzureden wie ‚Jeden Tag, in jeder Weise, geht es mir besser und besser‘ und das auch – ohne jeden Beweis oder trotz dagegensprechender Beweise – zu glauben. Wenn Sie an solche Sprüche wirklich glauben können – bravo! Der Punkt geht an Sie. Vielen gebildeten und in kritischem Denken geschulten Menschen gelingt diese Art der Selbstüberhöhung jedoch nicht.“ Die Vertreter der „Positiven Psychologie“ bewerten den Ansatz, dass

eine, wie sie es nennen, „mechanische Bewusstseinsprogrammierung“ möglich oder sinnvoll wäre, ohne dass die Persönlichkeit des einzelnen Menschen berücksichtigt wird, negativ. Ich kann diese Kritik nicht nachvollziehen und finde es auch sehr schade, dass Psychologen dermaßen auf Abgrenzung bedacht sind. Dafür habe ich mehrere Gründe.

Erstens: Die „Positive Psychologie“ geht ebenso davon aus, dass das „Positive Denken“ im psychologischen Sinne das Ziel hat, eine positive Grundhaltung zum Leben zu schaffen. Hier kann ich den Unterschied zum Denken im Sinne der selbsterfüllenden Prognose nicht nachvollziehen, schließlich ist diese empirisch breit erforscht und wissenschaftlich fundiert. Ein anhaltendes positives Denken wird mit hoher Wahrscheinlichkeit auch die Lebenseinstellung verändern und den Optimismus fördern.

Zweitens: Seligman widerspricht sich in seiner oben angeführten Kritik selbst, weil er meint, dass die positive Wirkung bei kritischem Denken nicht gelingt. Hier impliziert er aber auch, dass dieses kritische Denken einen Gegenpol zum Positiven bildet. Wenn ich also negativ denke, kann ich nicht gleichzeitig positiv denken bzw. werden negative Gedanken immer – ebenso wie die positiven – Wirkung zeigen. Seligman fand in eigenen Forschungen heraus, dass man zehnjährigen



Thema: Goldegg Verlag

Autor:

Jugendlichen die Fähigkeit des optimistischen Denkens und Verhaltens beibringen kann und damit die Depressionsrate halbiert wird.¹²³ Das ist wohl als ein weiterer Widerspruch zu werten.

Drittens: Meine eigenen Erfahrungen mit lernschwachen Kindern, Managern, Neurotikern oder Schmerzpatienten zeigen eindeutig die Wirkung autosuggestiver Methoden. Hier möchte ich nochmals auf die Wirkung von fokussierten Denkprozessen hinweisen. Es steht außer Zweifel, dass, wenn ich eine Urlaubsreise in die Karibik plane, diese selektiv wahrnehme und ich dabei auch positive Gefühle entwickle. Ich sehe plötzlich Fernsehberichte über die Karibik, nehme entsprechende Werbeeinschaltungen wahr und meine Bekannten sprechen plötzlich über ihre Erfahrungen an karibischen Urlaubsorten. Das alles deshalb, weil ich diesen Gedanken „gepflanzt“ hatte. Ich erinnere mich noch sehr genau an die Schwangerschaften meiner Gattin Sigrid. Plötzlich sah ich auf den Straßen nur noch schwangere Frauen, die mir vorher wie auch nachher nicht aufgefallen waren. Jedenfalls war jeder Anblick einer Schwangeren mit dem glückseligen Gedanken an das eigene Kind verbunden, das bald das Licht der Welt erblicken würde. Die Glücksgefühle traten eigentlich schon viel früher ein – nämlich schon bei der Entscheidung, die Familie mit Kindern zu bereichern. Mein Denken verursachte also zweifellos im Sinne einer Autosuggestion eine „glückliche Wirkung“. All das ist nicht nur wissenschaftlich bestätigt, sondern es sind auch weitverbreitete Alltagserfahrungen.

Viertens: Die neuronalen Effekte der „Positiven Psychologie“ und des „Positiven Denkens“ sind ohne Unterschied. Unserem Gehirn ist es doch völlig egal, in welche Kategorie ein Wissenschaftler unsere positiven Gedanken einordnet. Wenn wir denken, dann kommt es zu neuronalen Effekten. Das steht definitiv außer Zweifel: „Wir haben die Fähigkeit, die Chemie des Gehirns zu verändern, indem wir unsere Gedanken korrigieren. Was wir denken, verändert die Neurotransmitter. Um Ihre Gefühle zu ändern, ändern Sie die Art und Weise Ihres Denkens“.¹²⁴

Ich möchte also das „Positive Denken“ durchaus als Teil der „Positiven Psychologie“ betrachten. Es sollte doch völlig unerheblich sein, ob ein Arzt, ein Psychotherapeut, ein Esoteriker oder ein Schuhputzer mich zum positiven Denken bringt. In jedem Fall wird sich meine Stimmung verändern und ich werde ein Stück Glück empfinden. Aus dieser Erkenntnis heraus kann ich Glück lernen und dieses Glück wiederum verschafft mir Gesundheit und ein schmerzfreies Leben.

Von Wundern und Denken

„Meine Heilung war ein Wunder.“ Derartige Aussagen hört man gar nicht so selten. Ärzte sehen wissenschaftlich nicht begründbare Heilungen als Spontanremissionen, Laien sehen darin gerne Wunder. Die Alltagssprache lässt mehr Wunder zu als die Wissenschaft. Als Naturwissenschaftler habe ich einen besonderen Zugang zum Beweisbaren. Deshalb stehe ich Wundern eher skeptisch gegenüber. „Wunder“ ist im Kontext mit Gesundheit und Heilung ein vornehmlich religiöser Begriff, und ein Ereignis, das als solches seitens der Institution Kirche anerkannt werden soll, muss einer eingehenden Prüfung der Kirche standhalten. Als im April 2005 Papst Johannes Paul II. starb, gingen unmittelbar nach seinem Tod mehr als 70 Meldungen über Heilungen im Vatikan ein, die auf den Papst zurückzuführen waren. Johannes Paul II. wurde am 1. Mai 2011 von seinem Nachfolger, Papst Benedikt XVI., seliggesprochen.



Thema: Goldegg Verlag

Autor:

So schnell werden Wunder normalerweise nicht anerkannt. Bei Johannes Paul II. ist das wohl auf seine weltweite Beliebtheit zurückzuführen. Er selbst war es übrigens, der den Prozess der Seligsprechung erleichterte. Die meisten Wunder, die als solche gebilligt sind, passierten vor langer Zeit. Im kirchlichen Kontext werden Wunder meist mit der Offenbarung in Verbindung gebracht. „In vielen Fällen lässt die Bibel göttliche Offenbarungen von wunderbaren Naturereignissen begleitet sein. Solche Wunder dürfen nicht mit der Offenbarung selber verwechselt werden, sie sind meist sogar nur literarische Stilmittel, um die Bedeutung des verheißenden oder drohenden Gotteswortes hervorzuheben“.¹²⁵ Diese Worte stammen nicht von einem glaubenskritischen Autor, sondern finden sich in einer Bibel-Enzyklopädie. Aber Kritik an Selig- und Heiligspredungen, die immer mit Wundertaten in Verbindung stehen müssen, gibt es trotzdem. Als der letzte österreichische Kaiser seliggesprochen wurde – er hatte eine Gläubige von ihren Krampfadern befreit – sprach der Theologe, Philosoph und Autor Adolf

Holl von „Kaberettreife“.¹²⁶ Der Erzbischof von Wien, Kardinal Christoph Schönborn, verweist in einem Interview bei den Wundern auf die ärztliche Urteilskraft: „Immer wieder sagen uns herausragende Ärzte, auch solche, die nicht kirchlich gebunden sind, dass es unerklärliche Heilungen gibt.“¹²⁷ Nun gut, so sehen es die Kirchenleute. Schulmediziner würden die Heilungen wohl als Spontanremissionen abtun und ich sehe solche Fälle als Selbstheilungen aufgrund von Gedankenfolgen und daraus resultierenden neuronalen Effekten.

Andere Quellen beschreiben Wunder als außergewöhnliche, der menschlichen Erfahrung von der Wirkung der Naturgesetze widersprechende Ereignisse.¹²⁸ Im Alltagsdiskurs sind Wunder etwas vielfältiger zu sehen. So zum Beispiel sind herausragende Ereignisse ebenso „Wunder“ wie überraschende. Glückliche Ereignisse zählen genauso dazu, wie besondere Leistungssteigerungen in der Schule oder rasche Genesungsprozesse nach einem Unfall oder einer schweren Krankheit.

Ich möchte Wunder keinesfalls in Abrede stellen. Wundersame Ereignisse hat es immer schon gegeben. Ob nun jene, die in der Bibel beschrieben sind, lediglich literarische Verstärker darstellen, um die Menschen in ihrem Glauben zu bestärken bzw. sie erst einmal zu einem solchen hinzuführen oder ob es wissenschaftlich einfach nicht erklärbare Ereignisse sind und auf denselben Prinzipien wie zum Beispiel Spontanheilungen beruhen, das ist einerlei. Wunder und Spontanheilungen haben aber etwas gemeinsam: Sie lösen einen kognitiven Prozess aus – das heißt der Betroffene aktiviert sein Gehirn. Er denkt und seine Gedanken werden real.

Wenn jemand einen Sturz aus dem fünften Stockwerk überlebt, gilt dies als Wunder. Vor allem sind es unerklärliche Begebenheiten, die wir als Wunder bezeichnen. Hier nähern wir uns dem naturwissenschaftlichen Gesetz von Ursache und Wirkung, das bei Wundern – zumindest auf unserem Wissensstand beruhend – nicht anzuwenden ist. Deshalb spricht man bei Spontanheilungen so gern von Wundern, weil die Mediziner mit ihrem streng naturwissenschaft-



Thema: Goldegg Verlag

Autor:

lichen Denken keine Erklärung parat haben. Hier haben einige Psychologien schon mehr „Fantasie“.

„Wunder“, welche die Gegenwart zutage bringt, sind aber nicht wegzuleugnen. So kennt wohl jeder solche Wunder und wahrscheinlich gibt es auch in Ihrem Bekannten- oder Verwandtenkreis Menschen, die auf unerklärliche Weise zum Beispiel von einer Krankheit geheilt wurden, obwohl die Ärzte nicht mehr weiter wussten. Erst 2011 wurden wieder zwei Lourdes-Wunder vom dafür zuständigen internationalen Ärztekomitee gutgeheißen – das ist erst einmal die Voraussetzung zur Anerkennung als Wunder.

Bischof Jacques Perrier von Tarbes und Lourdes werde die Unterlagen an die Bischöfe der Herkunftsdiözesen der beiden Geheilten weiterleiten. Dort müsse entschieden werden, welche religiöse Interpretation den Vorgängen zu geben sei. In einem Fall handelt es sich nach Angaben des Komitees um eine 1946 geborene Frau, die seit 1982 mehrere schwere Operationen über sich ergehen lassen musste. Mit ihnen versuchten die Ärzte vergeblich, die Ursachen für schwere Bluthochdruckkrisen zu beseitigen. Erst bei einer Wallfahrt nach Lourdes 1989 spürte sie eine plötzliche Besserung und ist seither beschwerdefrei. Das Ärztekomitee habe in einer übergroßen Mehrheit den Fall als eine mit Lourdes verbundene und medizinisch nicht erklärbare Heilung eingestuft.¹²⁹

Im zweiten Fall handelt es sich um eine 1934 geborene Ordensfrau, die seit 1962 unter schweren Schmerzen und Lähmungserscheinungen im linken Bein litt. Medizini-

sche Eingriffe bis hin zu Wirbelsäulenoperationen seien ergebnislos geblieben. Auf einer Trage habe die Ordensfrau 1965 an einer Lourdes-Wallfahrt teilgenommen und dort eine Spontanheilung erfahren. Auch in diesem Fall habe das Ärztekomitee nach zusätzlichen neuen Untersuchungen die Heilung als unerklärlich eingestuft. Seit 2006 prüft das Medizinerkomitee Heilungsberichte in drei Stufen. In einem ersten Verfahren wird mit Blick auf die Krankengeschichte festgestellt, ob es sich um eine „unerwartete“ Heilung handelt. In einem zweiten Schritt wird geklärt, ob es eine „bestätigte“ Heilung ist. Erst in einem dritten Schritt wird der „außergewöhnliche Charakter“ der Heilung anerkannt, wie jetzt in den beiden Fällen geschehen.

Für die Betroffenen sind ihre Fälle zweifellos „Wunder“. Lourdes als Wallfahrtsort gibt es seit 150 Jahren und in dieser Zeit wurden 30.000 Heilungen (für die Geheilten eben Wunder) gemeldet. Von diesen Fällen wurden 7.500 genauer geprüft und 2.500 einem internationalen Expertenkomitee vor-

Thema: Goldegg Verlag

Autor:

gelegt.¹³⁰ Rund 70 Fälle wurden von der Kirche als Wunder anerkannt.

Die vielen Heilungen in Lourdes – wovon rund 67 sogar offiziell als Wunder anerkannt sind – oder an anderen Wallfahrtsstätten sind im Vergleich zu den vielen verbrieften und von Ärzten, Verwandten und Betroffenen bekannten Spontanheilungen nur einige Beispiele. Zur Feststellung der übernatürlichen Wunderheilungen in Lourdes gilt Folgendes: „Die öffentliche und amtliche Bestätigung des übernatürlichen Wundercharakters einer Heilung steht erst am Ende eines langen Vorganges der Überprüfung. Zuvor muss das zivile und rein wissenschaftlich arbeitende Untersuchungsbüro den Sachverhalt feststellen und dokumentieren. Dann wird noch weitere fünf Jahre gewartet. Erst nach diesem medizinischen Erweis, dass es sich bei der Heilung nicht um eine nur seelisch bedingte Spontanheilung handelt, gibt das Medizinische Büro von Lourdes die Erklärung ab, dass es sich bei der dokumentierten Heilung um ein Ereignis handelt, das mit natürlichen Mitteln (medizinisch) nicht erklärbar ist“.¹³¹

Pater Bösner ist Diözesanbeauftragter für das Wallfahrtswesen in der Diözese St. Pölten und Sekretär des Österreichischen Arbeitskreises „Wallfahrtsseelsorge“ und sein Zitat stammt aus einer Sendung über „Fatima und seine Botschaft(en)“ im Radio Maria Österreich vom 7. 9. 2000. Der Priester grenzt die Wunderheilung von einer seelisch bedingten Spontanheilung ab – ohne die Differenz zu erläutern. Was aber sind Heilungen, bei denen Lahme spontan ihre Krücken in die Ecke stellen und wieder gehen können, unheilbar Kranke von ihren Leiden oder Schmerzgeplagte von ihrer Marter erlöst werden, anderes als Spontanheilungen. Wunderheilungen sind nichts anderes als Spontanheilungen und diese sind für die Betroffenen wahre Wunder, die nicht erklärt werden können. Lediglich die Medizin, die mit dem Wort „Wunder“ wenig anfangen kann, zieht sich auf den Begriff „Spontanheilung“ zurück.

Die Wundertaten von Jesus Christus von Nazareth brauchten noch keine ärztliche Kommission und auch keine Genehmigung der Kirche, um als Wunder anerkannt zu

werden – schließlich war er Kirche. Ohne damit die im Neuen Testament angeführten Wunderheilungen in Abrede stellen zu wollen, möchte ich doch darauf hinweisen, dass Wissenschaftler für jedes der Wunder Jesu eine Erklärung gefunden haben – z.B. Placeboeffekte (bei Heilungen), Eisbildung (bei übers Wasser gehen) oder soziale Hilfe (bei Brotvermehrung).¹³² Ohne von Gott abzustammen, vollbrachten auch Jesus Apostel Wunder. Wir werden es wohl nicht erfahren, ob Jesus seine Fähigkeiten an seine Jünger weitergegeben hatte oder ob diese Macht schon immer in ihnen schlummerte. Zweites ist zumindest eine Möglichkeit, die gar nicht von der Hand zu weisen ist, schließlich behauptet ja auch der Soziologe William Bengston¹³³, dass jeder heilen kann.

Als ich 2007 in Südtirol eine Seminarreihe zur Wirkung meiner Mentalpsychologischen Interventionen hielt, waren bei einem der Seminare auch zwei Theologen anwesend. In einer Pause kamen sie auf mich zu und gaben mir eine religiöse Bestätigung für mein Handeln. Nun kamen Religion und Kirche in meinen Seminaren eigentlich nicht vor, wiewohl mir deren Kräfte sehr wohl bewusst waren. Die beiden Priester teilten mir im Zuge des Gespräches mit, dass sie meine „jesuanischen Prinzipien“ bestätigen können. Nun war ich etwas erstaunt, schließlich hielt ich Gott wie auch seinen Sohn Jesus aus meinen Seminaren und Vorträgen immer heraus. Ich wurde zwar katholisch erzogen und habe im Rahmen meiner wissenschaftlichen Arbeit auch immer wieder mit der Bibel zu tun gehabt – vor allem als ich mein Buch „Die Rache-Gesellschaft“ schrieb¹³⁴ – aber zugegebenermaßen hab ich niemals beide Testamente zur Gänze gelesen. Die beiden frommen Herren erkannten mein Unverständnis, sahen die Verblüffung in meinen Augen und klärten mich auf: „Auch Jesus meinte ‚das Wunder liegt in dir‘.“ In der Folge suchte ich diese Bibelstelle und wurde natürlich auch fündig. Bei Markus wird über eine Wundheilung eines Blinden berichtet. Hier verweist Jesus recht deutlich auf die Selbstheilungskräfte: „Gehe hin, dein Glaube hat dich geheilt. Im gleichen Augenblick konnte er wieder sehen und folgte ihm auf seinem Weg.“¹³⁵

Thema: Goldegg Verlag

Autor:

Mir scheint es so, dass es wohl immer das eigene Denken ist, das Wunder und Wunderheilungen auslöst, auch wenn die Impulse von außen kommen. Kranke und Verzweifelte, die Wallfahrtsstätten mit der Absicht aufsuchen, von irgendwelchen Leiden erlöst zu werden oder große Veränderungen zu erfahren, denken genau zum dem Zeitpunkt, wenn sie am Ziel angekommen sind, intensiv an die Lösung ihres Problems. Nicht selten malen sie sich schon Tage zuvor aus, was sie „sagen“ (also denken) werden, welche Bitten sie in Gedanken oder mit leiser Stimme äußern werden, und sie lassen in ihren Köpfen Bilder entstehen – diese Bilder handeln von Heilung und Problemlösung. Diese Menschen meditieren im Angesicht einer Marienstatue intensiv, vergessen ihre Umwelt und sind nur mit sich und ihrer Anbetung beschäftigt. Sie wünschen sich in diesem Augenblick nichts sehnlicher als die Erlösung von ihren Problemen. Sie vollbringen einen intensiven Denkprozess in einer meditativen Phase. Ja, sie denken und werden (zumindest manchmal) geheilt. Aus naturwissenschaftlicher Sicht werden in diesem Augenblick keine unbekannteren Strahlungen frei, es öffnen sich weder Himmel noch Erde und es erscheinen keine Engel oder Geister – was bleibt und nicht zu verleugnen ist, ist das intensive Denken des Heilungssuchenden und wenn sonst nichts da ist, dann führt eben dieses zu Heilungen und Wundern. Es ist also das Denken, das Wunder verursacht. Aber Achtung – es ist eigentlich egal, wer heilt oder wie die Heilung zustande kommt. „Wer heilt, hat recht“, das soll schon Paracelsus gesagt haben.

Wenn dieser Prozess für Heilungen und andere „Wunder“ gilt, dann gilt dies wohl auch für alles andere, wovon Menschen heimgesucht werden – zum Beispiel von Krankheit und Schmerz. Nun gut, dann sind „Wunder“ somit möglich – wenn man sich an bestimmte Prinzipien hält.

Aus:

„Schmerzen wegdenken“
von Karl Isak

© Goldegg Verlag
ISBN 978-3-902729-61-3
www.goldegg-verlag.at
bestellen@goldegg-verlag.at
Tel.: +43-1-5054376-30