

Mächtige kleine Zuckerpille

Fit, schön, erfolgreich sind die Schlagworte unserer Zeit. Das gesellschaftlich akzeptierte Allzweckmittel ist gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung. Kügelchen oder Vitaminpillen ergänzen fast selbstverständlich unsere Nahrung. Dabei können wir leicht eines vergessen: Wir nehmen Nahrung nicht nur über den Mund zu uns. Wir ernähren uns mit allen Sinnesorganen. Was wir über Auge und Ohr, mit Gedanken und Gefühlen in uns aufnehmen, entscheidet gleichermaßen über Gesundsein oder Krankheit. Geist und Psyche spielen eine weit größere Rolle in der Gesundheitsprävention und Gesundung als bislang angenommen. Auch Schulmediziner können dies nicht mehr von der Hand weisen. Die Wirkung von Placebos ist heute wissenschaftlich anerkannt. Naturheilkundler und Geistheiler haben nie daran gezweifelt.

Mehr als jemals zuvor versuchen wir Antworten auf die Krankheiten unserer Zeit zu finden. Die Schulmedizin ist wissenschaftlich gut erforscht und liefert uns auf vielen Gebieten Lösungen. Doch trotz raffinierter High-Tech-Apparatemedizin stößt sie an ihre Grenzen. Deshalb verzeichnen Naturheilverfahren wie Homöopathie oder TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) wachsenden Zuspruch. Über 60 Prozent der Deutschen bevorzugen mittlerweile Naturmedizin, um sich von ihren Leiden zu befreien.

Ein weiterer Heilbereich stößt zunehmend auf starkes Interesse: das spirituelle Heilen. Hier geht es um die Heilungskräfte von Psyche und Geist. „Eingefleischte Schulmediziner mögen spirituelle Heilmethoden zur Gesundung zwar noch belächeln“, sagt Dr. Christoph Malisch, TCM-Arzt und Gründer der Gesundheitsakademie Trimedicum in Vaterstetten bei München. „Trotzdem können Geistheiler mittlerweile beachtliche nachweisbare

Erfolge erzielen.“ Unzählige Erfahrungsberichte liegen vor, doch wissen-



schaftliche, im Sinne der Schulmedizin erbrachte Beweise stehen bislang aus. Nach Dr. med. Wolfgang Bittscheidt, Leiter der Ärzteakademie für Geistiges Heilen in Siegburg, sollte sich geistiges Heilen „mit Medizin auf hohem wissenschaftlichem Niveau verbinden“. Bislang finden sich nicht genügend Sponsoren, die Interesse an wissenschaftlichen Studien zu spiritueller Heilung haben.

Innere Weisheit finden
Bei geistiger oder spiritueller Heilung ist das alte Rätsel, welche Rolle der Geist spielt und welche der Körper, noch immer nicht gelöst. Ihr haftet bisweilen ein Hauch von Wunder oder der Nimbus der Quacksalberei an. „Die Aufgabe eines Heilers ist

es, Wege aufzuzeigen, wie der Mensch zu seiner inneren Weisheit findet“, so Heinrich Ohneberg, spiritueller Heiler aus Memmingen. Betrachten wir, welche Rolle die äußere Wahrnehmung über Sinnesorgane wie Auge und Ohr auf körperliche Prozesse spielt, können wir der Erklärung einer möglichen Wirkungsweise der Geistheilung ein Stück näher kommen.

Ohr hört immer mit
Über das Ohr nehmen wir Geräusche und Laute auf. Sie werden über die Nervenbahnen ins Gehirn geleitet. Das Gehirn nimmt sie als angenehm, irritierend oder sogar bedrohlich wahr. Musik wird von unserem Organismus als heilend oder zerstörerisch interpretiert - jedem spirituell Interessierten ist diese Tatsache bekannt. Wissenschaftler der Universität Maryland haben jetzt festgestellt, dass Lieblingsmusik gesund für das Herz-Kreislauf-System ist und positive Gefühle freisetzt. Laut der in den USA veröffentlichten Studie wirkt ihr Klang gefäß-erweiternd. Dass positive

Emotionen wie Lachen gut für die Gesundheit der Gefäße sind, hatte das Maryland-Team bereits in einer früheren Studie herausgefunden.

Übers Auge ins Hirn
Wahrnehmungen, die wir über unser Auge aufnehmen, gelangen über die Nervenbahnen ebenfalls direkt ins Gehirn. Dort entstehen innere Bilder. Diese Bilder werden verarbeitet zu Produkten des Geistes, zu Ideen und vor allem zu Gefühlen. In dem Buch „Das heilende Bewusstsein“ beschreibt Joachim Faulstich anschaulich, wie äußere Faktoren durch die Aufnahme über die Sinnesorgane zu inneren Bildern



werden und dadurch ihre Wirkung entfalten. Je nachdem, wie das Gehirn Wahrnehmungen einschätzt - als angenehm und nützlich oder als irritierend und bedrohlich - werden unterschiedliche Gene in den

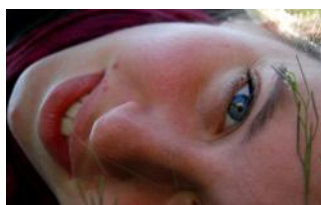
verzweigten Hirnarealen aktiv, die sofort beginnen, Botenstoffe auszusenden. Diese Botenstoffe gehen auf die Reise durch den Körper und nehmen Einfluss auf zahlreiche Körperfunktionen: Herz und Kreislauf, Hormonausschüttung, Immunsystem, Nervensystem. Je nach Bedeutung und innerer Bewertung der Geschehnisse setzen die Botenstoffe kleine oder große Veränderungen in Gang, auch eine Kettenreaktion ist möglich. Weil sich das ganze System selbst reguliert, entsteht kein Chaos im Körper. Trotzdem bedeutet das nicht, dass die Reaktionsmuster grundsätzlich positiv wären. Im Gegenteil liegen hier die Ursachen vieler akuter und chronischer Erkrankungen. Es ist also die Macht der inneren Bilder und die mit ihnen verbundenen Gefühle, die körperliche Veränderungen hervorrufen.

Herz und Hirn in Einklang
Selbst mit geschlossenen Augen erzeugen wir ständig neue Bilder im Kopf. Werden sie nicht richtig verarbeitet oder der Speicher im Gehirn zu voll, entsteht ein Bilderstau im Kopf, auf mentaler Ebene. Es kann durchaus sein, dass Migräne, Tinnitus und chronischer Kopfschmerz darauf zurückzuführen sind: Wir bekommen den Kopf nicht mehr frei und der Druck wird zu groß wird. Mit diesen Symptomen einher geht oft eine Verspannung der Nackenmuskulatur. Warum? Weil die Bilder aus dem Kopf sich einen Weg über das Herz in den Körper suchen. Bei einem gesunden Menschen ist dieser Energiestrom im Fluss: Die mentale (Kopf) und die emotionale (Herz) Energie ist über

einen Kreislauf miteinander verbunden. Ist der Fluss in die eine oder andere Richtung unterbunden, kommt es zu Störungen.

Placebos als Helfer

Ärzte machen sich mit dem Einsatz von Placebos die Macht der Gedanken und Gefühle zunutze. Ein Placebo ist eine Pille ohne Wirkstoffe. Sie besteht aus Zucker, Stärke und Kochsalzlösung. Mittlerweile werden Placebos erfolgreich bei vielen Leiden wie Depression, Bluthochdruck oder



Schmerzen eingesetzt. Rainer Schneider, Psychologe an der Universitätsklinik Freiburg hat in einer Untersuchung festgestellt, dass suggestive Aussagen des Arztes den Placeboeffekt verstärken, etwa: „Dieses Mittel ist bekannt dafür, dass es bei vielen Menschen sehr zuverlässig wirkt.“ Entscheidend ist auch die Erwartung, die ein Patient an ein (Schein-) Medikament knüpft. Je höher die Erwartung, desto stärker werden bestimmte Gehirnregionen aktiviert. Man hat beobachtet, dass in diesen Regionen körpereigene Opioide freigesetzt werden, die dem Schmerzmittel Morphin ähneln. Das Placebo wirkt also alleine dadurch, dass der Patient an die Wirkung des Medikaments und den Informationen des Arztes glaubt.

Mit einem als Magenpräparat getarnten Placebo konnte das Institut für Medizinische Psychologie an der LMU München nachwei-

sen, dass sich Organe durch Placebos direkt und spezifisch beeinflussen lassen. „Sagt der Arzt einer Person, dass das Präparat die Aktivität des Magens erhöht“, so die Ärztin Karin Meißner, „dann registrieren Elektroden auf der Bauchdecke tatsächlich eine höhere Magenaktivität.“ In einem anderen Experiment wurde Patienten über eine längere Zeit ein Schmerzmittel verabreicht. Irgendwann ersetzten die Ärzte das Medikament durch ein identisches Pseudopräparat. Das Ergebnis: Das Placebo wirkte genauso effektiv wie die eigentliche Substanz.

Regensburger Studie

Eine Elektrosmog-Studie der Universität Regensburg korreliert mit den Erkenntnissen aus der Placeboforschung. Dr. Michael Landgrebe und Dr. Ulrich Frick untersuchten dreißig Probanden, von denen sich die Hälfte als elektrosensitiv bezeichnete. Vor Beginn der Versuchsreihe wurden sie informiert, dass sie entweder der Strahlung eines aktivierten Handys oder einer Wärmequelle ausgesetzt werden würden. Die Wärmequelle war echt, das Handy eine Attrappe.

Die Art des Reizes, ob Handy oder Wärmequelle, wurde jedes Mal zuvor angekündigt und die entsprechenden Gehirnaktivitäten registriert. Im Fall der Wärmequelle reagierten beide Gruppen vergleichbar. Wurden die Probanden jedoch der vermeintlichen Handystrahlung ausgesetzt, wichen die Ergebnisse deutlich ab. Nur die Elektrosensitiven zeigten Reaktionen von Prickeln bis hin zu Schmerz. Einige Gehirnare-

ale wiesen sogar Symptome auf, als ob die Teilnehmer hohen Temperaturen ausgesetzt worden wären - ausgelöst durch ein Handy, das keines war. Das Paradoxe an der Untersuchung: Sie beweist, dass Handys tatsächlich körperliches Leiden hervorrufen können. Doch die elektromagnetische Strahlung ist nach dieser Regensburger Studie nicht die Ursache.

Heilung ist individuell

Heilung und Gesundwerden liegen also offensichtlich nicht alleine in der Macht des Arztes oder Therapeuten. Die Heilungswege sind individuell verschieden. Der eine wird über die Schulmedizin gesund, die andere greift zur Homöopathie. Ein dritter wendet sich an einen spirituellen Heiler und vertraut auf die Kraft von Gebeten und Engeln. Entscheidend ist, mit welcher Einstellung und Erwartung die Person an die jeweilige Heilmethode herangeht. Wie die obigen Studien zeigen, ist es letzten Endes nicht der Arzt oder das Medikament, was uns heilt. Heilung erfolgt womöglich deshalb, weil wir bewusst oder unbewusst einem Menschen, Globuli oder Placebo die Macht zur Heilung zugehen.

Das Placebo, eine harmlose kleine Zuckerpille, hat es also tatsächlich geschafft. Durch sie ist der wissenschaftliche Beweis erbracht, dass Glaube und Hoffnung die Kräfte zur Selbstheilung aktivieren.

© Edith Rayner

Impressum
Edith Rayner (MSc)
D-87463 Dietmannsried
tel. ++49.83 74.230 657
kontakt@weltderengel.de