



# *‘Heilung‘*

## Was bedeutet das eigentlich?

Dr. med. Lutz Wesel



# Krebsbehandlung (für einfache Gemüter)

- Diagnose
- OP, Bestrahlung, Chemotherapie
- Dann sind Sie geheilt (Oder auch nicht)
  
- Glauben Sie das?



# Eine Krebs-Erkrankung betrifft nicht nur den Körper!

- Sie betrifft den ganzen Menschen!  
An Körper, Geist und Seele!
- Also muss Heilung ebenso Geist, Körper und Seele adressieren!

*Heilung ist möglich,  
wenn man statt Krankheiten – Menschen behandelt*



# Wikipedia

- Der Begriff Heilung bezeichnet den Prozess der Wiederherstellung der körperlichen und seelischen Integrität aus einem Leiden, oder einer Krankheit
- In dem Wort Heilung ist etymologisch die Bedeutung „*ganz, unversehrt*“, englisch „*whole*“ verbunden
- Heilung hat also etwas mit „*wieder-ganz-werden*“, mit dem *ganzen* Menschen zu tun, und nicht nur mit einem erkrankten Organ/Organismus



# Übersicht

- Ganzheitliche Medizin
- Ein Modell für ganzheitliche Heilung
- Verschiedene Ansatz-Ebenen der Heilung...
- ...und deren konkrete Umsetzung



# 2014: „Ganzheitliche Medizin“ Was ist das eigentlich?



# Ganzheitliche Medizin

## Spirituelle Medizin

### Medizin für die Seele

Über die Grenzen dieses Körpers/Daseins hinaus  
Das Sein in einem größeren Kontext  
Ziel: Seelenfrieden

## Energetische Medizin

### Medizin für das „Qi“

Geist/Energie steuert die Materie  
Das Energiefeld eines Menschen ordnen.  
Ziel: Unbehinderter, freier Fluss der Lebensenergie

## Psychosomatische Medizin

### Medizin für den Geist

Zusammenhänge von Gesundheit und Krankheit und dem  
Lebens-Kontext des betreffenden Menschen  
Ziel: Ruhe & Gelassenheit, Konfliktfreiheit, bzw. –Fähigkeit

## Komplementärmedizin

### Medizin für die Gesundheit

Erfahrungsmedizin, Alternativmedizin, Biologische Medizin  
Naturheilverfahren, Orthomolekulare Medizin, TCM, Ayurvedische Medizin  
Ziel: Wiederherstellung v. Physiologie & Selbstheilungskräften

## Schulmedizin

### Medizin gegen die Krankheit

Wissenschaftlich standardisierte Methoden von erwiesener Wirksamkeit  
Aufteilung des Menschen in Teilbereiche, wie HNO, Kardiologie, Endokrinologie  
Ziel: Diagnose und Zerstörung von pathologischen Prozessen



# Ebenen der Heilung









# Heilung auf der schulmedizinischen Ebene

- Focus: Krankheit
- Ziele:
  - Bekämpfung der Krebs-Geschwulst und etwaiger Ableger (Metastasen)
  - Verhinderung von Rezidiven
- Methoden
  - Evidenzbasierte Medizin
  - OP, Bestrahlung, Chemotherapie, Rezeptor-Blockade, Antikörper-Therapie, Immunologische Checkpoint-Inhibitoren etc.



# Die Feuerwehr Metapher



# Heilung auf der komplementärmedizinischen Ebene

- Focus: Gesundheit
- Ziel: Wiederherstellung eines normal funktionierenden Organismus
- Methoden: „Sanfte Medizin“
  - Naturheilverfahren
  - Erfahrungsmedizin



# Heilung auf der psychosomatischen Ebene

- Focus: Psyche der Patientin
- Ziel:
  - Mit der Diagnose und deren Folgen auf die Psyche & das Leben der Patientin umgehen lernen
  - Heilungsvision: „Heilung ist möglich!“
  - Bei Bedarf Ursachenforschung und Ausschaltung derselben, „Traumatherapie“
  - Wieder Fuß fassen im Leben
  - Eine neue Lebensvision entwickeln
  - Selbstfürsorge
  - Partnerschaft, Familie, soziales Umfeld
- Methoden: Psychoonkologie, Gespräche, Entspannungsverfahren, Selbsthilfegruppen

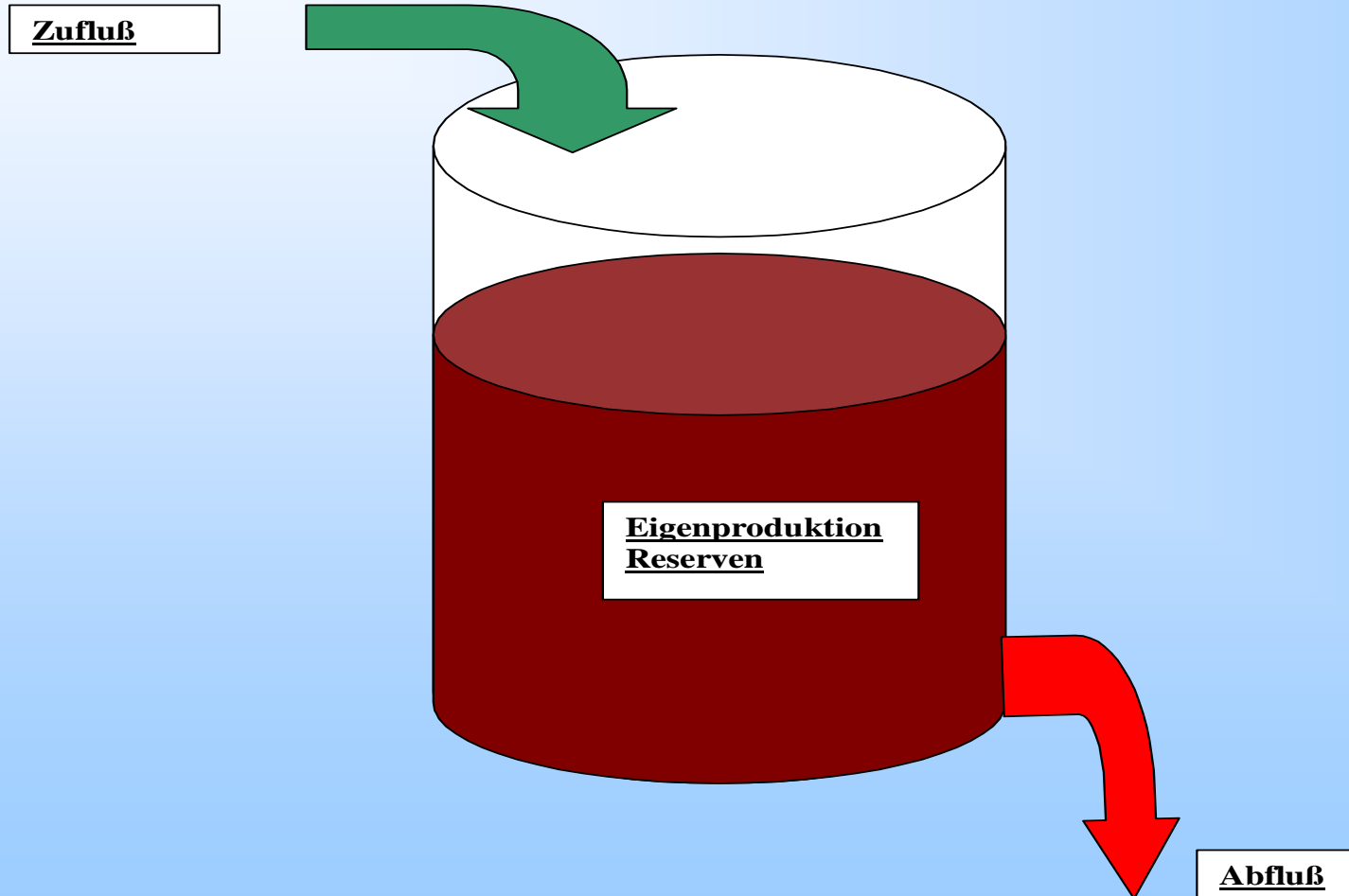


# Heilung auf der energetischen Ebene

- Focus: Den feinstofflichen, nicht-materiellen Aspekt des Lebens
- Ziele:
  - Die Lebensenergie „Chi“ stärken
  - Neue Lebensenergie finden
- Methoden
  - Viele fernöstliche Therapieformen wie Tai Chi, Chi-Gong, Yoga, Shiatsu, Reiki, TCM, Ayurvedische Medizin, Akupunktur, Homöopathie, viele sog. „Körpertherapien“, Quantenmedizin, Bioresonanztherapie u.v.a.m.
- Aber auch:  
Was bringt mir Energie?  
Was kostet mich Energie?



# Das Energie-Fass





# Fragen

- Was bringt mir Energie?
  - Körperlich?
  - Seelisch?
  - Geistig?
  - Sozial?
- Was kostet mich Energie?
  - Körperlich?
  - Seelisch?
  - Geistig?
  - Sozial?
- Was tue ich zum Ausgleich von Output/Input?
- Bin ich energetisch kompensiert?





# Heilung auf der spirituellen Ebene

- Focus: Die Seele
- Ziel:
  - Kraft und Trost finden aus Ebenen, die über meinen Körper und meine Psyche hinausreichen
  - Mich mit höheren Kräften verbinden
- Methoden
  - Praktizierte Religiosität, Gebete, Kontemplation, Meditation
  - Seelsorger
  - Spirituelle Lehrer
  - Schamanen
  - Heiler



# Heilung auf der spirituellen Ebene

- Klärung von existentiellen Fragen/Bedürfnissen
  - Wer bin ich?
    - Wer war ich, bevor ich geboren wurde?
    - Wer werde ich sein, wenn ich gestorben bin?
  - Sinnfragen
    - Worum soll es in meinem Leben gehen?
    - Was will die Krankheit mich lehren?
    - Was brauche ich, um wirklich wieder heil zu werden?



# Heilung auf der Spirituelle Ebene

*„Healing doesn't necessarily mean curing“*

- Eines Tages wird jede/r von uns sterben
- Die Frage ist nicht: ob  
sondern: wie?
- Solange ein Mensch am Leben ist,  
kann man heilsames mit ihm tun





# Palliativmedizin

- Eine Medizin fürs Leben (Nicht fürs Sterben!)
- Hat ein Bisschen von allem
  - Schulmedizin
  - Komplementärmedizin
  - Psychotherapeutische Hilfe
  - Seelsorge
  - Sterbebegleitung

Literatur:

Gian Domenico Borasio „Über das Sterben“  
dtv 9,90€





# 5 Dinge, die Strebende am meisten bedauern

- Ich wünschte, ...
  - ich hätte den Mut gehabt, mein eigenes Leben zu leben
  - ich hätte nicht so viel gearbeitet
  - ich hätte den Mut gehabt, meine Gefühle auszudrücken
  - Ich wäre mit meinen Freunden in Kontakt geblieben
  - Ich hätte mir erlaubt, glücklicher zu sein

Quelle: Bronnie Ware

„5 Dinge, die Strebende am meisten bereuen.

Einsichten, die Ihr Leben verändern“, Arkana-Verlag 8,99€







# Zusammenfassung

- Heilung bedeutet so viel mehr, als „nur“ den Krebs besiegen!
- Heilung betrifft den ganzen Menschen an Körper, Geist und Seele
- Der individuelle Weg zur Heilung sollte daher nicht nur schulmedizinische, sondern auch - je nach Bedürfnis, Befindlichkeit und Weltbild - komplementärmedizinische, psychologische, energetische und spirituelle Aspekte beinhalten
- Palliativmedizin
- Das Wichtigste:
  - Heilung für möglich halten
  - Eigeninitiative zur Lebensqualität





# Fragen!

- Wie steht es um Ihre Heilung (Skala 1-10)
- Auf körperlicher Ebene?
- Auf der psychischen Ebene?
- Auf der emotionalen Ebene?
- Auf der energetischen Ebene?
- Auf der spirituellen Ebene?



## **Nutzen Sie die Chance, die Ihnen die Krankheit bietet**

- Haben Sie den Mut, Ihr eigenes Leben zu leben!
- Arbeiten Sie nicht so viel!
- Haben Sie den Mut , Ihre Gefühle auszudrücken!
- Pflegen Sie den Kontakt mit Menschen, die Ihnen etwas bedeuten!
- Erlauben Sie sich, glücklicher zu sein!





# Projekt Arzt-Patient-Kommunikation



[www.beimarzt.info](http://www.beimarzt.info)