

Alles wechselwirkt mit allem

Kurze Einführung in die ganzheitliche Theorie der Psycho-Somato-Ökologie

© Raimar Ocken, Berlin, 04.06.2021

Der Mensch ist Teil der Natur und nicht sein Beherrscher. Wer seine Sinne wach hat, der kann an vielen Orten feststellen, dass die nicht-menschliche Natur ohne uns wohl besser zurande kommt/käme als mit uns.

Letztlich bezieht sich dies auch auf unser Gesundheitssystem. Es hat seinen eigentlich Namen nicht mehr verdient, denn es ist ein marktwirtschaftlich ausgerichtetes Unternehmen geworden. Nicht der Mensch, der kranke Menschen im besonderen, steht im Mittelpunkt weitestgehende Aktivitäten, sondern die ökonomisch ausgerichtete Geschäftstätigkeit.

Seit dem Beginn der Epoche der Aufklärung, etwa um 1700, bemühen sich Menschen, besonders in der so genannten westlichen Welt, die damals hauptsächlich in Europa angesiedelt war, die Welt sich erklärbar und beherrschbar zu machen. Dies beinhaltet(e) auch die Idee, dass Welt – Natur – durch den Menschen verbesserbar sei. Um ihrem Ziel nahe zu kommen haben die herrschenden Schichten, besonders die Wissenschaftler, das frauliche und das göttliche Prinzip geopfert. Seit der Zeit wird gemessen, gewogen und gezählt, was diesbezüglich erfassbar ist – alles andere wird verworfen.

Nun 2020/2021 ff. stehen wir am Endpunkt dieser destruktiven Entwicklung. Der Mensch, wird zur Ware, zur Maschine und/oder zum Kunden gemacht. Dadurch ist er handhabbar. Das ist praktisch und macht nach und nach jeden Gesunden zum (chronisch) Kranken.

Ein Ausweg

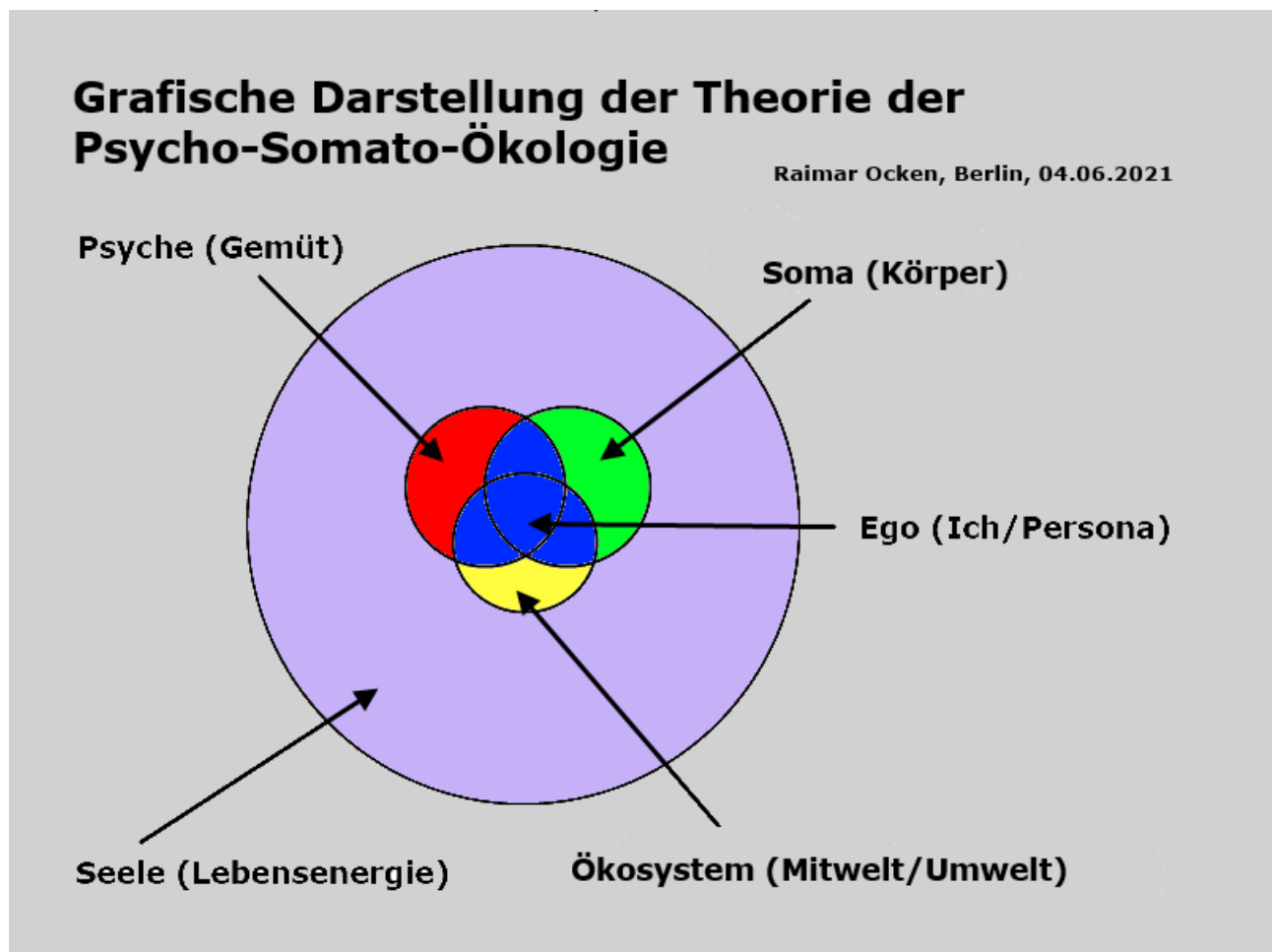
In den Jahren 1978 bis 1981 habe ich mich an einer Schule für Beschäftigungs- und Arbeitstherapie, die einer psychiatrischen Klinik angegliedert war, zum Ergotherapeuten ausbilden lassen.

Schon vor dieser Zeit war mir der Begriff Psychosomatik vertraut, der laut schulmedizinischem Verständnis besagt, dass es Krankheiten gibt, die zwar mit körperlichen Symptomen in Erscheinung treten, ihre eigentliche Ursache aber auf der psychischen Ebene liegt.

Während der Ausbildung und der anschließenden therapeutischen Berufstätigkeit in der Akutpsychiatrie wurde mir recht schnell deutlich, dass die Betrachtung der pathologischen Prozesse unter psychosomatischen Gesichtspunkten zu kurz greift. Ich stellte mir zu der Zeit wiederholt die Frage „Warum kommen viele Patienten, die zur stationären Behandlung bei uns sind, zum Teil schon nach Monaten zwecks erneuter Behandlung wieder?“ Die Antwort war letztlich

nicht schwer zu finden: Die Patienten gingen in ihr altes, krankmachendes Umfeld zurück. Sie waren dadurch wieder mit denselben Problemen konfrontiert, die sie unbewusst durch Erkrankung zu lösen versuchten – was letztlich nicht gelang. Mir wurde klar, dass nicht nur Psyche (Gemüt) und Soma (Körper) miteinander interagieren (sich wechselseitig beeinflussen), sondern dass dieses Geschehen immer auch in Wechselwirkung zum sozialen Umfeld – besser: zur Mitwelt insgesamt – steht. Daraus leitete ich die Erkenntnis her: *Jede Krankheit, jedes Leiden ist psycho-somato-ökologisch.*

Diese Theorie eröffnet dem Heilkundigen neue Wege, den Patienten hilfreich zur Seite stehen zu können.



Begriffserklärungen

Psyche: Das Gemenge aus Reizen, die aus der Umwelt auf uns einwirken und jene, die innerkörperlich wahrgenommen werden (können). Diese Reize werden in der Regel über unsere Sinne aufgenommen: Fühlen, Schmecken, Hören, Sehen, Riechen und Epiphysieren. Wobei Epiphysieren sich auf Qualitäten wie Tag-und-Nacht- und Jahreszeiten-Rhythmus, Wetter, atmosphärische Störungen, Erdmagnetismus, Sonnenwinde usw. bezieht. Des Weiteren wirken sich im psychischen Bereich gemachte Erfahrungen, Ängste, Glaubenssätze, Hoffnungen, zwischenmenschliche Qualitäten u. a. m. aus. Ebenfalls von Bedeutung ist die funktionale Körperlichkeit.

Soma: Unsere Körperform mit ihren lebendigen Organen und Funktionen.

Ökosystem: Landläufig wird in der Regel von Umwelt gesprochen. Ich denke, wir sollten den Begriff nicht mehr verwenden, denn er stammt noch aus altchristlicher Sicht, als Menschen glaubten, wir seien „der Nabel der Welt“. Was ja nachweislich nicht stimmt. Das ist Egozentrik. Ich verwende diesbezüglich in der Regel den Begriff Mitwelt oder auch Ökosystem (der Lebensraum, in dem wir leben).

Diese drei Begriffe bilden den Kern dieser Theorie.

Seele: Diesen Begriff verwende ich hingegen nur selten, weil ich Heilkundiger bin und Seele nicht krank werden kann. Also braucht sie auch nicht behandelt zu werden. Ich bezeichne Seele auch als Lebensenergie (Od, Prana, Chi, Awen, Mana usw.). Sie wird uns, wenn wir in die Welt gehen eingegeben. Wir sind dann beseelt. Klar ausgedrückt: Wir haben keine Seele, sondern sind beseelt, wie gesagt. Wenn wir eines Tages sterben, dann verlässt sie uns und geht wieder in das „Alleins“ (Gott) auf. Lebensenergie lässt sich akkumulieren (anhäufen) und verdünnen – was manchmal notwendig ist, weil es auch vorkommt, dass Menschen energetisch überladen sind.

Fazit

Nach dieser Theorie lebe (und arbeite) ich. Ich sehe meine Aufgabe darin, sie weiter bekannt zu machen, weil sie auch anderen hilfreich sein kann, wenn sie willens sind sich zu verändern und mehr Eigenverantwortlichkeit übernehmen wollen. Was notwendig ist, denn wir benötigen ein besseres Gesundheitssystem. Dieses kann nur von Menschen geschaffen werden, die nicht nach den Dogmen des herrschenden System ausgerichtet sind.

Hinweis

Ich empfehle auch meine „Lesehinweise“ zur Kenntnis zu nehmen, denn sie verdeutlichen, dass ich mich auf einem richtigen Weg befinde:

<http://wohlfinden-in-berlin.de/leseempfehlungen.pdf> .