

RUEDIGER DAHLKE
Krebs – Wachstum auf Abwegen



GOLDMANN

Buch

Selbst eine so gravierende Diagnose wie Krebs kann zur Chance für umfassende Selbstentfaltung und ganzheitliche Heilung werden. Ruediger Dahlke, Urvater der ganzheitlichen Medizin, entschlüsselt die Krankheit als eine Art Egotrip der Zelle, die sich ausbreitet und unkontrolliert wächst. Ausgehend von der Lehre der Ur- und Lebensprinzipien versteht der Autor dieses Geschehen als eindringlichen Weckruf der Seele, sich endlich umfassend um sich selbst und die eigenen ganz persönlichen Bedürfnisse zu kümmern.

Autor

Dr. med. Ruediger Dahlke arbeitet seit 40 Jahren als Arzt, Autor und Seminarleiter. Dabei bildet seine Buch-Trilogie »Die Schicksalsgesetze«, »Das Schatten-Prinzip« und »Die Lebensprinzipien« die philosophische und praktische Grundlage seiner Arbeit. Ruediger Dahlke nutzt seine Seminare und Vorträge, um die Welt der Seelenbilder zu beleben und zu eigenverantwortlichen Lebensstrategien anzuregen.

Eine Zusammenfassung der Titel von Ruediger Dahlke
finden Sie ab Seite 301

Ruediger Dahlke

KREBS
WACHSTUM
AUF
ABWEGEN

Mit ganzheitlichem Programm
zur Aktivierung der Selbstheilungskräfte

GOLDMANN

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden vom Autor und vom Verlag sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung des Autors beziehungsweise des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen.

Autor und Verlag können wegen der immer noch nicht zur Gänze erforschten Ursachen und Auswirkungen von Krebserkrankungen keinen absoluten Heilungserfolg für die nachfolgend aufgezeigten Methoden und Medikamente versprechen. Jegliche Haftung für Gesundheitsschäden ist ausgeschlossen.

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44 b UrhG ausdrücklich vor. Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC®-N001967

Dieses Buch ist bereits 2019 im Arkana Verlag erschienen.

2. Auflage

Vollständige Taschenbuchausgabe Mai 2022

Copyright © 2019 der Originalausgabe: Arkana Verlag
Copyright © 2022 dieser Ausgabe: Wilhelm Goldmann Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Str. 28, 81673 München
produksicherheit@penguinrandomhouse.de
(Vorstehende Angaben sind zugleich
Pflichtinformationen nach GPSR)

Umschlag: Uno Werbeagentur, München
Umschlagmotiv: Ruth Botzenhardt
Satz: Satzwerk Huber, Germering
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pöbneck
Printed in Germany
GS · CB
ISBN 978-3-442-22344-2

www.goldmann-verlag.de

Dank

Lieben Dank an meine Patientinnen und Patienten, die sich meiner Begleitung anvertrauten und sich dem Thema Krebs stellten. Besonderer Dank und Respekt geht an Siegfried Schneeberger, der uns an seinem Kampf ums Leben in einem eigenen Kapitel in diesem Buch teilhaben lässt, und an Karin Hamvai, die ihn – nach eigenem gewonnenem Kampf – auf diesen Weg brachte.

Simone Vettters danke ich für ihre engagierte Korrektur und Johannes Weiß für Durchsicht und Hinweise, und all den Kollegen, die mich zu diesem Buch inspirierten und mir mit Erfahrungen zur Seite standen wie Ingfried Hobert. Für das bewährte Lektorat danke ich Christine Stecher.

Ruediger Dahlke

Vorbemerkung

Die Hinweise und Empfehlungen in diesem Buch beruhen auf persönlichen Erfahrungen und Erkenntnissen des Autors und der genannten Wissenschaftler und Patienten. Die Lektüre des Buchs kann und soll eine eigenverantwortlich eingeholte und durchgeführte schulmedizinische Krebsdiagnose und -behandlung nicht ersetzen, sondern idealerweise eine solche ergänzen und alternative Möglichkeiten aufzeigen.

Autor und Verlag können wegen der immer noch nicht zur Gänze erforschten Ursachen und Auswirkungen von Krebserkrankungen keinen absoluten Heilungserfolg für die nachfolgend aufgezeigten Methoden und Medikamente versprechen. Jegliche Haftung für Gesundheitsschäden ist ausgeschlossen.

Inhalt

Vorwort: der Seele den Vortritt lassen	11
Wachsen – das Natürlichste der Welt	14
Sich dem Fluss des Lebens anvertrauen.....	16
Das Leben meistern	20
Sich an die Regeln halten	24
Die Selbstheilungskraft zum Zuge kommen lassen	27
Leben wir in einer missgeleiteten Wachstumsgesellschaft? ..	31
Krebsartiges Big Business	31
Die neue Geld-Religion.....	34
Ungesunder Qualitätsverlust.....	36
Integrale Medizin oder die Einheit von Körper und Seele	39
Ganzheitliche Ursachenforschung	39
Konfliktbearbeitung auf der Körperbühne	43
Krebs als Wegweiser	46
Kompromisslosigkeit im eigenen Interesse	46
Radikale Wandlungsfähigkeit	48
Unsterblichkeit der Seele	52
Anpassungsfähigkeit	53
Ausgleich zwischen Männlich und Weiblich	56

Das Krebsgeschehen aus ganzheitlicher Sicht	61
Die Vorgeschichte einbeziehen	61
Ein Blick auf die typische Krebspersönlichkeit	65
Eskalation des Destruktiven und Lösungswege	67
Es geht ums Ganze	71
Sich die Lebensbühnen vertraut machen	76
Die 12 Urprinzipien und der Entwicklungskreis des Lebens	77
Die Welt einteilen und verstehen	78
Archetypisches Krebsgeschehen	82
Fragen zur Selbsteinschätzung	85
Beispiele für Wachstum auf Abwegen	88
Lungenkrebs	88
Dickdarmkrebs	92
Brustkrebs	95
Prostatakrebs	99
Magenkrebs	105
Hautkrebs	107
Leberkrebs	113
Nierenkrebs	115
Eierstockkrebs	115
Gebärmutterhalskrebs	117
Knochenkrebs	120
Blutkrebs	120
Gehirntumore	122
Krebsursachen in der Diskussion	126
Materielle Risikofaktoren	126
Der Mythos vom Brustkrebsgen	129
Vorsorge und Früherkennung am Beispiel	
Mammografie	133
Entgleister Stoffwechsel	136

Gut für sich sorgen	146
Tierisches Eiweiß meiden.....	146
Entzündungsherde beseitigen.....	148
Sich durch eine Diagnose nicht die Hoffnung rauben lassen.....	149
Rituale schätzen lernen	157
Den Placebo-Effekt nutzen	164
Nocebos erkennen und ausschalten	167
Ernährungs- und Komplementärmedizin.....	171
Pflanzlich-vollwertige ketogene Kost.....	171
Atemtherapie, Keto-Kur und Fasten	177
Säfte und Wasser	185
Probiotika.....	188
Sekundäre Pflanzenstoffe.....	191
Pflanzenwunder gegen Krebs	196
Pflanzensynergien statt Einzelstoffe	199
Biologische Krebstherapie nach Dr. Hobert	206
Wärme, Hyperthermie	207
Innere und äußere Bewegung, Regeneration und Inspiration.....	210
Begleitende Psychotherapie in Trance	212
Waldtherapie – im großen Grün baden	214
Barfußgehen – das beste Antioxidans	219
Energiemangel ausgleichen	222
Sport und Laktat.....	223
Stimmungsaufhellung mit Glücks- und Wohlfühlhormonen	227
Lebensrhythmen und Schlaf.....	229
Spielfilmtherapie	231

Was neueste Forschung bieten kann	233
Methadon in der Chemo- und Schmerztherapie.	234
Immuntherapien	241
Das Schlechte vom Guten – Schatten der Immuntherapien	246
Ultraschalltherapie	249
Alkoholinjektion	250
Neue Formen der Krebsdiagnostik	252
Krebs als Geschäftsmodell?	255
Das Beste für den Menschen	259
Als Realisten Wunder wahr- und wichtig nehmen	260
Mit dem Krebs fertigwerden	266
Sofortprogramm bei Krebsdiagnose	271
Beispiel für erfolgreiche Eigentherapie	276
Schlusswort: Wieder in Ordnung kommen	290
Anhang	299
Bezugsquellen	299
Veröffentlichungen von Ruediger Dahlke	301
Adressen	306
Anmerkungen	307
Register	312

Vorwort: der Seele den Vortritt lassen

Wenn sich Krebswachstum ausbreitet, ist das Gleichgewicht zwischen Körper und Seele zugunsten des Ersteren verschoben. Nach meinen Erfahrungen geschieht das jedoch erst, wenn die Seele lange kein Gehör für ihre Belange findet und sich im Bewusstsein keine Klärung abzeichnet. Ist das Gleichgewicht zwischen Körper und Seele gestört, muss der Organismus ausbaden und austragen, was die Seele nicht mehr als ihre Aufgabe wahrnehmen kann. Von ihr gehen offenbar die entscheidenden Signale aus, das Thema dann wenigstens auf der Körperebene deutlich zu machen. Das gilt für Krebs genauso wie für jedes andere Krankheitsbild.

Dieses Verständnis des Zusammenspiels von Körper und Seele bietet ein großes Spektrum an Therapiemöglichkeiten, und auf dem Heilungsweg sind beide Bereiche gleichermaßen zu beachten. Die Seele sollte vorangehen, aber der Körper ihr ebenbürtig folgen.

Krebs können wir generell als ein Problem von Wachstum auf der ungeeigneten Körperebene bezeichnen. Doch anders als etwa bei Übergewicht, bei dem wir ebenfalls Wachstum auf einer unpassenden Ebene antreffen, lässt sich bei Krebs nicht so tolerant darauf reagieren. Krebs verlangt sowohl auf körperlicher als auch auf seelischer Ebene radikale, kompromisslose Kehrtwenden.

Dieses Buch will dafür Mut machen und das nötige theoretische wie praktische Wissen vermitteln.

Im Mittelpunkt steht ein breiteres, ganzheitliches Verständnis des Krankheitsbildes Krebs. Deutlich wird dabei, wie sowohl die Krankheit Krebs als auch das krebsartige Wachstum im globalen kapitalistischen Wirtschaftssystem einem gravierenden und grundsätzlich identischen Irrtum unterliegen. Sobald der Krebs Organe und Gewebe mit seinen unsterblichen Zellen infiltriert und überall nach seinem Vorbild Zellen mit seinem identischen Erbgut zum Wachsen gebracht hat, kann der betroffene Körper, sein Wirt, nicht mehr weiterleben, und beide gehen zusammen zugrunde. Je rascher der Krebs wächst, desto eher muss er sterben.

Nun gilt Krebs überall als bösartig, und er ist das Krankheitsbild, das am meisten erschreckt und damit auch aufschreckt und Menschen potenziell erwach(s)en lässt zu ihrer eigentlichen Aufgabe. Tatsächlich droht Krebs mit dem Tod, und genau das bringt so viel in Gang. Er ist das Krankheitsbild, das einen Menschen wohl am meisten mit seinem seelischen Schatten konfrontiert – und daran wachsen lässt. Deshalb durfte ich mich in mehr als 40 Arztjahren daran gewöhnen, dass PatientInnen ihren Krebs, nachdem er überstanden und als aufrüttelndes Alarmsignal der Seele an- und ernstgenommen worden war, ganz anders sehen, nämlich als einen Lebenshelfer, dem sie dankbar sind.

Krebs geht aufs Ganze, und das um jeden Preis. Ähnliches ist auch von den betroffenen Menschen gefordert im Rahmen erfolgreicher Therapie. Sie müssen alles geben und wahrscheinlich einiges Liebgewonnene dran- und aufgeben, um zu sich selbst zu finden. Das alles lässt sich vom Krebs lernen. Diesbezüglich ist er einer der besten und konsequentesten Entwicklungshelfer.

Mit Krebs ist zudem immer die Aufforderung verbunden, sich mit der eigenen Endlichkeit zu konfrontieren und sich damit aus-

zusöhnen, dass es am Ende immer um das Thema (Er-)Lösung geht. Je früher wir damit ins Reine kommen, desto besser, denn irgendwann wird jedem das letzte Stündlein schlagen. Krebs ist diesbezüglich wirklich ein Weckruf der Seele, aber wir können auch schon vorher aufwachen und freiwillig unsere Schritte tun. Eine Gewebeveränderung (Präkanzerose) kann als Alarmglocke dienen; überhaupt sollte jede Diagnose aufwecken, auch schon das metabolische Syndrom, das eine Stoffwechsellage anzeigt. Ähnlich wichtig könnte sein, sich von einem Film wie *Das Beste kommt zum Schluss* – der Geschichte zweier ungleicher Krebspatienten, die Lebenslust in sich entdecken und damit beginnen, eine Liste unerfüllter Lebenswünsche abzarbeiten – inspirieren zu lassen und sich sogleich Gedanken zu machen, was einem für ein sinnerfüllteres, geschmackvolleres Leben auf gesünderer Grundlage noch fehlt, und sich dafür zu entscheiden.

Wachsen – das Natürlichste der Welt

Wachstum ist *natürlich*. Es ist existenziell wichtig und unersetzlich. Es ist die Grundlage allen Lebens auf Erden. Wir empfinden es oft als inspirierend und wunderschön – zum Beispiel als Frühlingserwachen in der Natur oder als Entwicklungsschritte eines Kindes oder als Resultat eigenen Lernens und zunehmender persönlicher Reife. Im Laufe unseres eigenen Aufwachsens und Erwachsenwerdens können wir feststellen, dass wir sogar an weniger Angenehem, sogar an Erschreckendem in Gestalt von Krankheitsbildern, Lebenskrisen und Problemen *wachsen*. Und wenn wir uns auf vielerlei Art dem Leben und seinen Aufgaben *gewachsen* fühlen, geht es uns gut und wir sind glücklich. Das ist die wünschenswerte Situation, die der Neurobiologe Gerald Hüther immer wieder betont: Herausforderungen, die wir mit Hingabe bestehen, fördern unser Gehirn und halten uns geistig wach. Diese Art von Lernen und innerlichem Wachsen vermittelt uns auch besondere Glücksgefühle, wie die Forschung belegt, und das trägt zu unserer Lebensqualität bei.

Anders gesagt ist beständiges Wachstum unsere zentrale Lebensaufgabe. Die erste Zeit, als Ungeborene, wachsen wir geboren im körperwarmen Fruchtwasser des Mutterleibs. Hier erkennen wir auch gleich das Modell idealen Wachstums: freie Entfaltung

im geschützten Raum, getragen von einem Gefühl der Sicherheit. Von solchen Bedingungen träumen wir später immer wieder, aber auf unserem Weg kommt uns meist rasch der Alltag mit seinen Zwängen und Zumutungen dazwischen. Seelisches Wachstum begleitet uns jedoch möglichst ein ganzes langes Leben lang.

Sobald wir auf der Welt sind, wachsen wir in Richtung Himmel, und das fühlt sich für alle himmlisch an. Als Kinder wollen wir nichts lieber, als groß werden, und wenn wir wachsen, freuen sich Eltern und Familie und markieren unsere Fortschritte auf dem Weg möglichst weit nach oben durch Kerben und Daten auf Türrahmen.

Kinder wachsen gern und würden am liebsten noch rascher *erwachsen*. Nach und nach wachsen wir in die Gefühlswelten der Familie und bald in soziale Felder hinein, etwa in die Gemeinschaft von Kindergarten, Schule, Kirchengemeinde oder heute stattdessen öfter von einem Verein oder einer Internet-Community.

In der Pubertät fordert uns die Beziehungswelt heraus, an der wir dann lebenslang weiter wachsen können, sofern wir uns darauf einlassen. Mädchen wachsen zu Frauen heran und entfalten dabei auch ihren männlichen Seelenteil, den Animus. Jungen wachsen zu Männern heran und entwickeln im Idealfall ihren weiblichen Seelenteil, die Anima, in sich.

Als Erwachsene wachsen wir von Lebensphase zu Lebensphase, durch Lebensübergänge und -krisen und *überwachsen* sie. Wir dürfen uns ständig neuen Aufgaben *gewachsen* zeigen, denn das Paradies des Mutterleibs mit dem schwerelosen Schweben in der körperwarmen Fruchtwasserwelt und dem ekstatischen Erleben der Einheit (mit der Mutter) liegt ja längst hinter uns.

Sich dem Fluss des Lebens anvertrauen

Als Ungeborene wiegt uns jeder Atemzug unserer Mutter, vermittelt durch die sanfte Massage ihres Zwerchfells. Jeder ihrer Schritte trägt uns durch die Polarität von links und rechts und bringt uns ebenfalls weiter und voran. Wir gehen und schwingen von Anfang an immer mit und sind uns so *natürlich* gewogen. In jedem Augenblick wachsend, erleben wir im Idealfall ein Gefühl von Resonanz mit allem, von Übereinstimmung und Glück.

Im Mutterleib, wo wir die Erfahrung von Einheit und Grenzlosigkeit machen können, *wächst* unser Urvertrauen. Es ist die Grundlage, auf der alles spätere Selbstvertrauen *wachsen* und gedeihen kann. Unser wesentlichstes Wachstum während des ganzen Lebens führt tatsächlich zurück zu dieser Erfahrung des Einsseins mit allem am Anfang. Nach den Lehren der großen spirituellen Traditionen und Religionen geht es bei diesem Weg letztlich darum, wieder in ein Bewusstsein der Einheit von allem hineinzuwachsen. Dazu sind lebenslanges persönliches Wachstum und entsprechende Bewusstseinsweiterung notwendig.

Zu Beginn ist dieses erste Paradies des Mutterleibs unsere ganze Welt. Und wenn sie auch noch so wundervoll ist – wir müssen sie verlassen und dürfen über sie hinauswachsen. Wir werden geboren und fallen wie die ersten mythischen Menschen Adam und Eva aus dem Paradies heraus. Die Wellen des Wachstums bringen uns nämlich im Mutterleib bald an Grenzen, die uns herausfordern und unter Druck setzen. Für unsere weitere Entwicklung müssen wir einen großen Schritt beziehungsweise Sprung machen.

Aus innerem Antrieb heraus wollen wir uns weiterentfalten, doch durch unseren Wachstumsimpuls geraten wir auch in eine Enge. Grundsätzlich bringt uns unser eigenes Wachstum immer wieder an neue Grenzen. Konkret heißt das am Lebensanfang,

dass wir uns im ausgereiften Stadium aus der bedrängenden Enge des Mutterleibs befreien durch die Geburt, die idealerweise aus eigener Kraft und mithilfe der Wehen unserer Mutter vonstattengeht. Wir wollen und müssen weiter in eine andere neue Welt wachsen und dafür aus dem Wasser- in das Luftreich wechseln.

Im Zuge der Evolution ist alles Leben einst aus der Wasserwelt entstanden und hat sich dann das Luftreich erobert; mit unserer Geburt schaffen wir eben diesen großen Entwicklungsschritt im Kleinen. Unsere Lungenflügel entfalten sich, und wir gelangen in ein ganz neues Lebensstadium und dürfen zu einem geflügelten Wesen *heranwachsen*. Der Kopfsprung in die Welt kann manches Mal auch *eine schwere Geburt* sein, die uns weiterem Wachstum entgegenträgt in der Kindheit. Wachsen ist also von Anfang an unsere Natur, und im Anfang liegt nach dem dritten *Schicksalsgesetz* schon alles.¹

Durch Wachstum kommt es unweigerlich auch zu Verlust und Zerstörung; so ist Aggression ein Aspekt jeder Geburt. Hier treten schon beide Seiten des Wachstums deutlich hervor, und wir können uns universale Gesetzmäßigkeiten bewusst machen: Wachstum zerstört Altes, wie wir es in jedem Herbst und Winter beobachten können, und lässt Neues heranwachsen wie in jedem Frühling. Wir erleben hier das Gesetz der Polarität, wobei dies weder mit Werturteilen noch Schuldzuweisungen verbunden ist. Niemand ist schuld an der Zerstörung der Paradiese auf verschiedenen Entwicklungsstufen. Wachstum trägt uns unaufhörlich weiter, das ist sein Wesen. Es liegt in unserer Natur, diesem Impuls nachzugeben, und entspricht unserer Bestimmung, lebendig voranzuschreiten, wenn es an der Zeit ist, und Stillstand zu überwinden.

Es ist nicht möglich, diesen natürlichen Entwicklungs- und Wachstumsprozess aufzuhalten. Sobald wir das versuchen, fließt der Lebensstrom gleichsam unterirdisch weiter, das Wachstum

sucht sich andere, unbewusstere Ebenen, wo es (uns) auch gefährlich werden kann. Alles fließt, ist Rhythmus, folgt Zyklen – und wir haben nur die Wahl, ob wir bewusst und offenen Herzens mitfließen und wachsen oder ob wir uns zerren lassen und quälen, wenn wir wie unter Zwang Um- und Abwegen folgen.

Dabei ist es geradezu menschlich, den Strom der Entwicklung und des Wachstums aufhalten zu wollen, gerade in Momenten großer Freude und des Erfolgs. Mit Goethes *Faust* würden wir dann am liebsten zum »Augenblicke« sagen wollen: »Verweile doch! du bist so schön!« Aber wir wissen, wer Glücksmomente ausdehnen will, erntet irgendwann Langeweile oder schlimmer noch Unglück. Denn wie Nietzsche sagte: »Schicksal, ich folge dir! Und wollt' ich nicht, müsst' es doch unter Seufzen tun!«

Die Geburt kann schwer und schmerzhaft sein für Mutter und Kind, auch langwierig wie meine eigene. Aber wir haben keine Wahl. Wir helfen besser mit, auf dass es leicht und schnell geht. Wir legen uns besser nicht quer, sondern wagen mutig den Kopfsprung ins Leben. Das ist das Muster, gleichsam der Prototyp für jede Wachstumsaufforderung im Leben. Es hatte schon in der Empfängnis seine Entsprechung und wird sich in Kindheit und Pubertät fortsetzen bis zur (Er-)Lösung im letzten Übergang. Wir haben in jedem Moment die Wahl, es uns schwer zu machen oder leicht und beschwingt den Wachstumsimpulsen zu folgen. Wer die Herausforderungen zu neuen Entwicklungsschritten konsequent annimmt, wird *Erfolg* ernten. Sein Wachstum wird allen zu Freude und Glück gereichen. Meine beiden Lieblingsgedichte von Hermann Hesse und Rainer Maria Rilke vermitteln diese Lebensweise auf besonders poetische und eindrucksvolle Weise:

Stufen

*Wie jede Blüte welkt und jede Jugend
Dem Alter weicht, blüht jede Lebensstufe,
Blüht jede Weisheit auch und jede Tugend
Zu ihrer Zeit und darf nicht ewig dauern.
Es muss das Herz bei jedem Lebensrufe
Bereit zum Abschied sein und Neubeginne,
Um sich in Tapferkeit und ohne Trauern
In andre, neue Bindungen zu geben.
Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
Der uns beschützt und der uns hilft, zu leben.*

*Wir sollen heiter Raum um Raum durchschreiten,
An keinem wie an einer Heimat hängen,
Der Weltgeist will nicht fesseln uns und engen,
Er will uns Stuf' um Stufe heben, weiten.
Kaum sind wir heimisch einem Lebenskreise
Und traulich eingewohnt, so droht Erschlaffen,
Nur wer bereit zu Aufbruch ist und Reise,
Mag lähmender Gewöhnung sich entrafen.*

*Es wird vielleicht auch noch die Todesstunde
Uns neuen Räumen jung entgegenenden,
Des Lebens Ruf an uns wird niemals enden ...
Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!*

HERMANN HESSE

Ich lebe mein Leben

*Ich lebe mein Leben in wachsenden Ringen,
die sich über die Dinge ziehn.*

*Ich werde den letzten vielleicht nicht vollbringen,
aber versuchen will ich ihn.*

*Ich kreise um Gott, um den uralten Turm,
und ich kreise jahrtausendlang;
und ich weiß noch nicht: bin ich ein Falke, ein Sturm
oder ein großer Gesang.*

RAINER MARIA RILKE

Das Leben meistern

Wo viel Licht unsere Welt erhellt, ist nach dem Polaritätsgesetz der Schatten nicht fern. Zu den Schattenseiten des Lebens gehören einschränkende Regeln, mit denen wir uns von Kindesbeinen an auseinandersetzen müssen: angefangen von Verhaltensregeln und Etikette über Schullehrpläne, Normen aller Art, die von Familie, Gesellschaft, Politik und Kirche aufgestellt werden und deren Einhaltung sie kontrollieren. Die Frage ist hier, wo und wann wir dieser Erziehung und Beeinflussung entwachsen können oder uns zum eigenen Wohl anpassen müssen, damit wir individuelle Wachstumschancen wahrnehmen können.

Wohin also mit unseren ureigenen Wachstumsimpulsen? Wie setzen wir sie am besten um? Hier drohen Sackgassen und Abwege, wenn wir nicht verstehen, dass uns während des ganzen Lebens Wachstum auf Bewusstseins-ebene abgefordert wird und es im wahrsten Sinne des Wortes *notwendig* ist. Wo keines mehr stattfindet, drohen Stagnation und bald auch Not.

Erschwerend kommt hinzu, dass unsere westliche Gesellschaft nach dem Credo eines unaufhörlichen Wirtschaftswachstums

ausgerichtet ist. Diese gesellschaftliche Absage an alles, was nicht wirtschaftlichen Interessen und materiellem Zuwachs dient, greift bei vielen Menschen leider auf alle möglichen anderen Bereiche über, und Wachstum wird missverstanden. Die Kehrseite eines überhitzten Wachstums lässt sich überdeutlich an einer vergifteten Umwelt erkennen. Laut WHO atmen heute weltweit neun von zehn Menschen verschmutzte Luft. Überall auf der Welt sterben Menschen viel früher als notwendig an ungesunden Nahrungsmitteln, denen die Industrie aus Gewinnstreben längst den *Lebensmittel*charakter genommen hat. Der Wald stirbt heute weit dramatischer als in der 1980er-Jahren. Wer Augen hat und sehen will, kann die Zeichen der (Um-)Welterstörung leicht erkennen. Was im Makrokosmos Erde so überdeutlich ist, wird auch unweigerlich im Mikrokosmos Mensch spürbar – gemäß der Gleichung *Mikrokosmos* = *Makrokosmos*, die von Paracelsus, dem Ahnherrn der modernen Medizin, stammt.

Statt zum Leben atmen viele nur zum Überleben; statt zum Leben essen sie nur zum Überleben. Nicht vordergründig Überlebenswichtiges wie Lachen vergeht den meisten; dabei gehört Humor zum Leben. So bleibt heute und hierzulande vieles auf der Strecke, was ein kreatives, erfülltes Dasein ausmacht. Erhaltenswert erscheint nur, was das materielle Überleben in einer Konsum- und Leistungsgesellschaft sichert. Dabei ist Leben in Wahrheit ein Wachstum über sich selbst hinaus zu immer neuen Ufern und Höherem, letztlich zum höchsten Ziel der Allverbundenheit.

Alle Religionen sind sich zumindest darin einig, dass Leben idealerweise ein ständiges Wachsen der Liebe – zur Einheit, zu Gott, der großen Göttin – meint, bis wir alles lieben. Das heißt, dass wir es integrieren und auch wieder los- und sein lassen können. Als Christen sind wir aufgerufen, unsere Nächsten zu lieben wie uns selbst beziehungsweise unser Selbst. Diese Selbstliebe beginnt beim Körper und umfasst natürlich auch Seele und Geist.

Die Aufforderung, in die Selbstliebe hineinzuwachsen, wird oft übersehen, obwohl ohne sie das »Liebe deinen Nächsten wie dich selbst« gar nicht möglich ist. Wenn wir uns selbst lieben und annehmen, wenn wir also in Resonanz mit uns gehen und im Einklang mit all unseren Aspekten schwingen, fühlen wir uns eins und sind eins und einig mit der Schöpfung, das heißt mit allem. Dann ist das große Selbst verwirklicht, das selbstverständlich nicht mehr unseres ist, denn wir sind über uns selbst weit hinausgewachsen. Jetzt ist Selbstverwirklichung erwirkt. Der Weg dorthin führt also über das Wachstum der Liebe, der Resonanz, über Mitschwingen und -fühlen. Kongruenz und Empathie würde die Wissenschaft dazu sagen. Beide verlangen Wachstum über uns selbst hinaus zum Selbst.

Wer aber sind eigentlich unsere Nächsten? Tatsächlich sind das wohl alle, auch gerade die Ärmsten und Elendsten nach biblischer Tradition. Christus wird hierzu unmissverständlich deutlich: »Was du dem Geringsten deiner Brüder tust, hast du mir getan.« Die Aufgabe, in diese Liebe zu allen und allem zu wachsen, ist groß, um nicht zu sagen riesig. Wir können ein Leben lang wachsen, bis wir alle(s) vorbehaltlos annehmen und mitfühlend in Resonanz schwingen.

Christus wird aber noch spezieller und konkreter bezüglich unseres Wachstums, wenn er uns aufruft: »Liebt eure Feinde.« Wer sind unsere Feinde? Es sind diejenigen, die Eigenschaften oder Verhaltensmuster zeigen, die wir (noch) nicht akzeptieren können, also etwas, mit dem wir nicht ausgesöhnt sind. Hier macht er die Aufgabe deutlich, uns mit allem auszusöhnen. »Lieben, was ist«, nennt es die amerikanische Therapeutin Byron Katie. Hindus kleiden es in die Worte »*Tat twam asi*« (»Ich bin das und das und alles«) in der Bedeutung: Wo immer ich hinschaue, erkenne ich mich. Anders gesagt: Ich bin in allem, und alles ist in mir und göttlich und eben eins oder Gott.

In der schamanischen Tradition bei Carlos Castaneda heißt es vom verwirklichten Krieger, er sei so stark, dass er sich vor niemandem beuge, und so demütig, dass er niemandem erlaube, sich vor ihm zu beugen. Entsprechend können wir sagen: Wer Gott in sich erkennt, braucht sich vor niemandem zu beugen. Und wer Gott in allem erkennt, braucht es nicht, dass sich irgendwer vor ihm beugt. Daran erinnert auch die Inschrift am antiken griechischen Tempel zu Delphi: »Erkenne dich selbst«, und im Innern soll gestanden haben: »damit du Gott erkennst«.

Es ist das Ende aller Wege und die Erfüllung und Vollendung allen Wachstums, wenn wir eins mit allem geworden sind. Das ist das große eine Ziel, und nur inneres Wachstum kann uns dorthin bringen. Es gibt folglich nichts Wichtigeres, Größeres und Schöneres – aber auch nichts, was uns mehr herausfordern würde, da hier viel an Unbewusstem, an Schatten, verborgen ist.

Auf dem Weg dorthin bietet uns das Leben wundervolle Geschenke, wenn wir uns wachsend dafür öffnen. Wachstum macht uns glücklich wie das so nahverwandte Lernen. Im Osten wusste man das schon lange und riet dem Suchenden, wieder etwas Neues zu beginnen, sobald er in einem Bereich Meisterschaft erreicht habe, um wieder in das sogenannte Schüler-Bewusstsein einzutreten. Nur im Schüler-Bewusstsein lernen wir und fühlen uns glücklich. Wenn wir ausgelernt haben, sind wir noch nicht Meister, sondern erst Geselle – jedenfalls in der Schule der Handwerkskunst. Hier muss noch die Lebenserfahrung hinzukommen, und das bedeutet neuerliches Lernen. In alten Zeiten war das für die Handwerksgehlen so hart und beschwerlich, dass Adolph Kolping sein Unterstützungswerk gründete für Handwerksgehlen auf Wanderschaft. Diese hatten sich für ihre Ausbildung von daheim aufgemacht, um sich in der Fremde lernend zurechtzufinden und weiter über das Fachliche hinauszuwachsen. Meisterschaft kam erst viel später, wenn sie auch das Leben *gemeistert* hatten. Insofern

baut dieser Weg vom Lehrling über den Gesellen zum Meister (arche-)typisch und symbolisch auf ständigem Lernen und Wachsen auf. Nicht zufällig hatten zur Zeit der Gotik die Bauhütten der Kathedralen dieses System übernommen und auf spirituelle Ebenen übertragen, wovon bis heute die Idee der Freimaurerei zeugt.

Sich an die Regeln halten

Regeln und Gesetze helfen, das menschliche Zusammenleben zu organisieren, im Großen wie im Kleinen. Der physische Körper kann ebenfalls nur durch ein geordnetes Zusammenspiel existieren. Hier sorgt ein hochaktives Immunsystem dafür, Regelwidrigkeiten im Wachstumsbereich auszuschließen. Wer sich nicht an die Vorgaben hält, wird aufgespürt und ausgeschaltet. Ähnlich strenge Regeln wie in den Zellgemeinschaften der Organe und Gewebe dürften auch in den frühen menschlichen Stammesverbänden gegolten haben. Stammesmitglieder, die aus der Art schlugen, wurden ausgeschlossen, was meist einem Todesurteil gleichkam. Das physische Abwehrsystem kennt kein Pardon – es sei denn, die Psyche muss Raum schaffen für auf anderen Ebenen verweigertes Wachstum und ausgefallene Entwicklungsschritte.

Wachstum folgt bei jungen Organismen strikt dem durch entsprechende Wachstumsfelder vorgegebenen Bauplan. Reproduktion von Zellen ist nur erlaubt, um beschädigte Zellen zu ersetzen. Wo gravierende Fehler bei ihrer Reproduktion auftreten, ist für Zellen Selbstmord, die sogenannte Apoptose, verpflichtend und eigentlich selbstverständlich, so hart das auch klingen mag. Gesunde Zellen halten sich daran. Nur Krebszellen spielen nicht mehr mit, sondern gehen sogar auf den Gegenpol und wachsen ohne Grenzen und Rücksicht. Statt sich der vorgesehenen Apoptose zu unterwerfen, beginnen sie ganz im Gegenteil in entarteter

Verfassung zu wuchern, oft bis zum Tod des Organismus. Das wird von der Medizin als bösartig bezeichnet, aber da es auch eine so deutliche Sprache spricht, kann es den betroffenen Menschen auf den Weg gesunden Entwicklungswachstums zurückbringen und damit letztlich heilsam sein. So gesehen haben die Krebszellen mit der Psyche eine Art Deal, der ihnen erlaubt, sich über die normalerweise gültigen Regeln des Körpers hinwegzusetzen.

Wachstum ohne Maß und Ziel ist gefährlich und kann zu Krebs führen. Er entsteht, wenn eine Zelle vom erlernten Altruismus, sich einzufügen und dem Wohl des Ganzen unterzuordnen, abkommt und ursprüngliche primitive (Über-)Lebensinstinkte reaktiviert. Dem gilt es auf allen Ebenen vorzubeugen, und das würde letztlich bedeuten, alle Zellen der menschlichen Gesellschaft zu integrieren, keine auszustoßen, aber andererseits ihnen mit Konsequenz und Strenge den Lebensweg innerhalb archetypischer zeitloser Grenzen aufzuzeigen.

Wir leben in einer Zeit, in der selbstmörderische Terroranschläge und Amokläufe gehäuft auftreten, in der aber auch die Zahl an Krebserkrankungen dramatisch zunimmt. Außerdem haben sich etwa Gehirntumore der Klasse der Glioblastome in den mehr als zwei Jahrzehnten, seit wir Mobiltelefone nutzen, verdoppelt, wie zwei neue englische Studien belegen. Mit solchen Studien ist selbstverständlich keine zwingende Kausalität nachzuweisen, wie auch nicht auszuschließen. Es muss also einiges sowohl im Bewusstseinsbereich geschehen sein als auch auf materieller Ebene, speziell im Ernährungsbereich, dass sich das Wachstum vermehrt in bösartiger Weise zeigt. Zu den Krankheitsbildern entgleisten Wachstums zählen deshalb nicht von ungefähr auch Übergewicht mit seinen Folgen wie metabolisches Syndrom und Diabetes Typ II. Auch Allergien und Unverträglichkeiten wachsen ins Unübersehbare und haben sich auf über die Hälfte der Menschen der Industrieländer ausgebreitet.

Wenn andererseits Wachstum aus welchem Grund auch immer zum Stillstand kommt, ist diese Stagnation auf Dauer ebenfalls keine lebensfördernde oder auch nur (über-)lebbar, geschweige denn lebenspendende Situation. Leben heißt Bewegung. »Alles fließt« (*panta rhei*), so beschrieb es der antike Philosoph Heraklit. Entwicklung und Wachstum sind unabdingbar und eben ein Ur- oder Lebensprinzip; Wachstum kann nicht anders, als sich stets Ausdruck(sformen) zu verschaffen. Wie auch die anderen elf Archetypen oder universale Gesetzmäßigkeiten lässt sich Wachstum als das neunte Lebensprinzip (repräsentiert durch den Planeten Jupiter und das dazugehörige Tierkreiszeichen Schütze) nicht längere Zeit aus dem Leben ausschließen.² Es wird sogar besonders unangenehm spürbar, wenn wir es verleugnen. Alles, was nicht bewusst gelebt wird, entwickelt die Tendenz, ins Unbewusste, die Schattenwelt, zu sinken. Krebswachstum kann auch dazu gehören und bringt uns mit Schattenseiten des Lebens auf erschreckende Art und Weise in Berührung.

Die Tatsache, dass das Thema Wachstum heute vermehrt auf Abwege gerät oder in die Irre läuft, verdeutlicht uns generell auch die Schattenthemen unserer Gesellschaft. Während wir aber allgemein gern die Schattenseiten ungezügelter Wachstums verkennen und notwendige Korrekturen als nicht so wichtig erachten, ist das auf individueller Ebene bei Krebswachstum nicht beliebig lange möglich. Dabei liegt im Schatten der eigentliche und größte Schatz unseres Lebens. Ihn zu heben und zu integrieren ist der wichtigste Schritt auf dem Weg zur Selbstverwirklichung und sollte nicht länger aufgeschoben werden. Von unerwarteter Seite bekommen wir dafür Hilfe. Gerade weil wir unseren Schatten aufgrund sogenannter Eigenblindheit nur schwer erkennen, helfen uns unsere Krankheitsbilder und -symptome, ebenso unsere übrigen Probleme.

Wenn PatientInnen klagen, sie fänden keine Lösung für ihre schwierige Situation oder ihr Leiden, kann man sie immer beruhig-

gen, denn sie haben sie bereits gefunden in den Symptomen auf den verschiedenen Ebenen ihres Lebens. Nur sind es im Moment destruktive Versuche. Echte therapeutische Hilfe besteht darin, gemeinsam konstruktive Lösungen zu finden. Hier wird erneut deutlich, dass auf Abwege geratenes Wachstum nicht eigentlich bösartig ist, sondern auch eine Funktion als Weckruf und Wegweiser hat.

Bei der Suche nach konstruktiven Lösungen für Wachstumsprobleme aller Art sind die Ur- oder Lebensprinzipien von unschätzbbarer Hilfe. Mit ihrer Unterstützung lässt sich wirklich Heilung finden – im Sinne einer Integration des Fehlenden. Mit rechtzeitigem Integrieren ist auch echte Vorbeugung möglich, die so viel mehr ist als die Früherkennung der Schulmedizin. So handelt dieses Buch vor allem davon, in den Schatten gesunkenes Wachstum bei uns selbst zu erkennen und wieder in konstruktive Bahnen zu lenken. Die Wandlung des Destruktiven und die (Er-)Lösung von Schattenthemen ist eine der größten Herausforderungen auf unserem persönlichen Weg und allgemein auch in der Medizin.

Die Selbstheilungskraft zum Zuge kommen lassen

Auf körperlicher Ebene werden mit dem Begriff Tumor alle Schwellungen und mit Krebs bösartige Neubildungen bezeichnet, die in fast jedem Organ oder Gewebe des Organismus entstehen können, allerdings fast nie im Herz. Tumorzellen wachsen unkontrolliert, infiltrieren benachbarte Gewebe und bilden, über Blut und Lymphe verteilt, in anderen Körperbereichen Tochtergeschwulste (Filiae oder Metastasen).

Krebs ist als klassische Wachstumskrankheit in den Industrienationen die zweithäufigste und am meisten gefürchtete Todes-

ursache. Allerdings zeigt sich bei den Statistiken eine Fülle von Widersprüchen. So heißt es, dass knapp die Hälfte unserer Bevölkerung im Laufe des Lebens an Krebs erkrankte. Gleichzeitig wird aber auch gesagt, dass 60 Prozent der 60-jährigen, 70 Prozent der 70-jährigen, 80 Prozent der 80-jährigen und beinahe 100 Prozent der 90-jährigen Männer beginnenden Prostatakrebs hätten. Das würde bedeuten, dass fast alle Männer, die alt genug werden, diesen Krebs bekommen. Dann dürften – der Logik der erwähnten Statistik folgend – Frauen praktisch gar nicht an Krebs erkranken, wenn das mit knapp der Bevölkerungshälfte, die es mit Krebs zu tun bekommt, insgesamt stimmen soll. Nun haben Frauen aber leider nicht nur Brust-, Eierstock- und Gebärmutterhalskrebs, also die typischen gynäkologischen Krebsarten, sondern auch die übrigen wie Bronchialkarzinom als häufigste Krebstodesursache, die zweithäufigste Dickdarmkrebs und so viele andere wie Magenkrebs und Gehirntumore. Irgendetwas kann nicht stimmen an den offiziellen Statistiken. Wenn dahinter Methode stecken sollte, dann wahrscheinlich deshalb, weil Vater Staat seine BürgerInnen nicht zu sehr ängstigen will.

Allerdings ist die Lage recht erschreckend, wenn wir das Krankheitsbild Krebs und dessen schulmedizinische Therapie in seiner ganzen Dimension betrachten. An der gängigen Chemotherapie werden beispielsweise unglaubliche Summen verdient, und der »Krebsmarkt« ist von der Pharmaindustrie sehr umkämpft. Der Jahresumsatz an Chemotherapien, von denen jede zwischen 10 000 bis 30 000 Euro kostet, was bei entsprechenden Wiederholungen bis auf 100 000 Euro steigt, wird auf drei Milliarden Euro geschätzt und ist nach den Immunsuppressiva die zweitbeste Einnahmequelle der Pharmaindustrie (Schweizer Zahlen). Dabei sind nach Aussagen US-amerikanischer Krebspezialisten von erwachsenen PatientInnen fünf Jahre nach Chemo-Beginn aber nur noch zwei bis vier Prozent am Leben, das heißt höchstens vier von 100. In den

letzten Jahren hatte sich daran wenig geändert; Ende der 1990er hieß es schon, dass aktuellen Statistiken zufolge die Überlebenschancen bei Krebserkrankungen in den letzten 20 Jahren außer bei sehr seltenen Arten und bei Kindern nicht wesentlich gestiegen seien.³ Davor bekannte der Internist Martin F. Shapiro (University of California) im Jahr 1987 in der *Los Angeles Times*, dass es bei vier der häufigsten Krebsarten, nämlich Dickdarm-, Mastdarm-, Lungen- und Pankreaskrebs, keine stichhaltigen Beweise dafür gebe, dass die Chemotherapie überhaupt irgendwelchen Nutzen bringe. Obwohl sich in den letzten Jahrzehnten die Erfolgsrate nicht erhöht hat, werden Chemotherapien trotzdem bis heute in größter Zahl durchgeführt. Demgegenüber ist das Leid während der Chemotherapie jedoch in jedem »Fall« groß und gut belegbar.

Aber es gibt auch sehr gute Nachrichten zur Krebstherapie, denn wir können heute mit einfachen und insgesamt natürlicheren und gesünderen Mitteln, als sie die Chemo bietet, auf allen Ebenen von der Bewusstseins- und Seelen- bis zur Körperebene vieles bewegen und werden uns in diesem Buch einigen vielversprechenden Ansätzen bezüglich Vorbeugung und Therapie konkret widmen. Denn selbst wenn das Kind schon in den Brunnen gefallen ist, lässt sich noch viel erreichen. Ähnliches gilt übrigens für Alzheimer-Demenz. Es lassen sich für die Therapie bedeutsame Synergien nutzen, und sobald wir die Seelen- und die Körperebene zugleich angehen, sind die Chancen noch viel besser, als ihre einfache Addition erahnen lässt.

Krebs ist nicht selten heilbar auf den sanften Wegen der Seele und Naturheilkunde. Selbst wenn Schulmediziner sagen oder denken: »Da ist nichts mehr zu machen!«, ist das noch lange nicht das Ende, sondern nur das Ende der Möglichkeiten der Schulmedizin. Die alten Ärzte erkannten in deutlich demütigerer Haltung: »*Medicus curat, natura sanat*« (»Der Arzt behandelt, die Natur heilt«). Der modernen Macher-Medizin fehlt diese Demut fast