

DA IST DIE ERFAHRUNG:
MEIN KÖRPER LÄUFT NICHT
MEHR RUND. FRÜHER ODER
SPÄTER MACHT JEDE UND
JEDER SIE. MANCHMAL
HELFE KORREKTUREN AN
DER ÄUSSEREN MECHANIK.
DOCH WAS UNS WIRKLICH
KRANK MACHT UND WAS UNS
WIRKLICH HEILT, SITZT TIEFER.
WIR BEKOMMEN EIN GESPÜR
DAFÜR, WENN WIR UNS
EINLASSEN AUF DIE IN UNS
WIRKENDEN ENERGIEFELDER.
DER ARZT KLAUS-DIETER
PLATSCH HAT EIN LEBEN
LANG ENERGETISCHE
HEILUNGSPROZESSE
ERFORSCHT. AN SEINEN
PATIENTEN UND AN SICH
SELBST. ER VERBINDET DABEI
URALTE ENERGIEMEDIZIN
MIT NEUEN NATURWISSEN-
SCHAFTLICHEN
ERKENNTNISSEN. SIE ALLE
EINT EINE GEMEINSAME
ERFAHRUNG. HEILEN HEISST:
INS FLIESSEN KOMMEN.



INS FLIESSEN KOMMEN

Von Christian Stahlhut



Eben lag eine Hand auf meinem Brustbein, die andere in meinem Nacken. Jetzt sind die Hände da und da, ruhig tastende Bewegungen im Gewebe meines Daseins. Ich spüre meinen Körper an Stellen, die ich vorher nicht wahrgenommen habe und nun neugierig kennenlernen. Der Muskel-Knochen-Apparat, der sich eben noch schwerfällig auf die Liege streckte, beginnt leise zu pulsieren. Die anfängliche Skepsis verdrückt sich. Ich ströme mit dem Blut hinunter in die Zehen. Und wieder hinauf in den Kopf. Der Lebensbalg in der Mitte füllt sich mit Luft. Eine Welle hebt den Bauch, dann die Brust, läuft seufzend aus über die Nase, hält an - und erhebt sich von vorn. Der Körper blüht auf unter soviel Aufmerksamkeit. Er kommt in die Schwebe. Aber noch ist da eine Unwucht. Eine Anspannung im Brustraum, die sich nicht wegatmen lässt.

Ist das okay, fragt die Hand, die flach auf den Brustkorb drückt, sekundenlang - und schlagartig loslässt. Der Kopf nickt. Tief einatmen, Luft anhalten, drücken, loslassen. Und noch einmal. Danach atme ich neu. Oder besser: ES atmet mich neu. Meine geschlossenen Augen füllen sich mit dem Bild eines wiegenden Ozeans. Und dann ... ich muss wohl weggenickt sein. Für einen Moment bin ich erschrocken und etwas beschämt. Doch die Hände, die durch den Körper wandern, ziehen mich zurück. Zurück in die Kreisläufe des Lebens... Beim Verlassen der Praxis kommen mir Brechts Verse über Laotse in den Sinn:

Dass das weiche Wasser
in Bewegung mit der Zeit
den mächtigen Stein besiegt
Du verstehst,
das Harte unterliegt.

Das Harte. Das Hartnäckige. Hartbrüstige. Festsitzende. Unerklärliche. Wiederkehrende Panikattacken in der Nacht. Über Monate sich hinziehende, rätselhafte Verdauungsstörungen. Ein nicht enden wollendes Lungenrasseln. Immer wieder habe ich es in meinem Leben mit anhaltenden Systemstörungen zu tun. Störungen, bei denen mir die Schulmedizin nicht weiterhelfen kann. Im Falle des Bauches brachte eine chinesische Ärztin das System wieder in Schwung. Mit Nadeln, mit Wärmebeuteln, mit Worten. Im Falle der Brust half mir eine Osteopathin auf den Weg. Zurück in die Bewegung. In die Erfahrung tieferen Fließens.

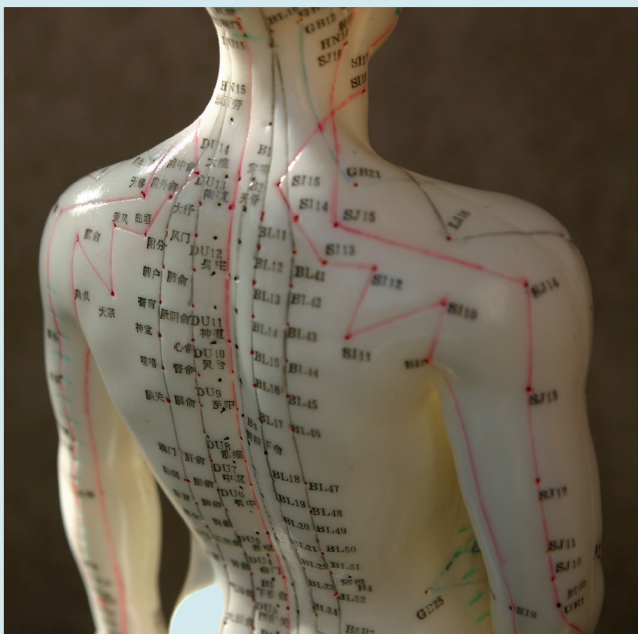
Ich habe keine Ahnung, was da jeweils in mir und mit mir passiert ist. Ich weiß nur, dass es mit Zuwendung zu tun hatte, auch mit der eigenen. Mit der veränderten Selbstwahrnehmung. Ich lernte – und lerne noch immer - mich anzuvertrauen: den unbekanntem Energien, die meinen Körper durchfließen. Es sind schöpferische Kräfte, sagt der Arzt Klaus-Dieter Platsch, Energiefelder, Impulse, die unaufhörlich in uns wirken, uns auf allen Ebenen formen und umgestalten. Wenn wir Zugang zu diesen Schwingungsfeldern haben, schützt uns das vor Krankheiten. Und hilft uns aus Erkrankungen wieder hinaus.

Heilungsprozesse
gelingen umso leichter und
nachhaltiger, je mehr
freie Energie im System ist.

Der physische Körper ist eine in vergleichsweise feste Strukturen gebundene Energie. Doch auch er befindet sich im ständigen Umbau. Viele Erkrankungen sind energetische Verdichtungen und Blockaden auf der emotional-mental Ebene. Diese äußern sich zunächst als Störungen der Befindlichkeit: als Unwohlsein, Schlaf- oder Verdauungsstörungen in allen Arten von Schmerzen. Werden sie nicht aufgelöst, verdichten sie sich zu manifesten organischen

Erkrankungen. Mit unseren Gedanken und Gefühlen bilden wir ein subtiles *In-Formationsfeld*. Wir formen unsere körperliche Verfassung durch lebenslange Konditionierungen: durch Vorurteile, Ängste, Glaubenssätze, durch Wünsche und Erwartungen. Wir kontrahieren unter den eigenen Suggestionen. Und unter dem, was Ärzte an Diagnosen und Prognosen erstellen. Wir werden fest.

Klaus-Dieter Platschs Ansatz ist nicht, destruktive Suggestionen durch positive zu ersetzen. Er spricht von *Öffnung*, und das heißt für ihn: Wahrnehmung von allem, was da ist, auch wenn wir dafür keinen Namen haben. Als naturwissenschaftlich ausgebildeter Mediziner spricht er von *Energien*, als Praktiker von *heilenden Feldern*. Er verbindet neuzeitliche Begriffe mit den Bildern uralter Heilslehren. Chakren zum Beispiel oder Meridiane sind für ihn *altes Wissen der Energiemedizin*, das mit neuester Forschung Hand in Hand gehen kann. *Energie ist eine Beschreibung für Bewegung*, sagt Platsch, *und die Intelligenz des Lebens ist Energie in Aktion*. Heilen ist somit ein Prozess, in dem gebundene oder blockierte Energie in eine höhere, in eine freiere Schwingung zurückgebracht wird, in die ursprüngliche Bewegung, in den natürlichen Lebensfluss.



...eine chinesische Ärztin bringt das System wieder ins Fließen: mit Nadeln, mit Wärme, mit Worten.

Es fällt vielen Menschen nicht leicht, sich dem Lebensstrom zu überlassen und anzuvertrauen, obwohl wir alle ungetrennt vom Strom selbst sind.

Und so versucht manch einer, schneller als der Strom zu schwimmen, und wundert sich, warum er gestresst ist oder überarbeitet im Burn-Out endet. Andere wollen langsamer als der Strom schwimmen, als wollten sie das Leben und seine Herausforderungen damit vermeiden oder verzögern. Wieder andere schwimmen gegen den Strom an und damit gegen die natürliche Bewegung des Lebens – oft als Ausdruck eines Nicht-Einverstanden-Seins, was sehr erschöpfend ist, viel Kraft kostet und beste Grundlagen für Probleme und Krankheit bietet. Andere Schwimmer im Strom wiederum versuchen, vorsichtig am Ufer zu bleiben, vermeiden die kraftvolle Mitte und hängen sich an überhängenden Ästen fest.

Wie kommen wir in die gesunde Bewegung, ins natürliche Fließen? Platsch empfiehlt verschiedene meditative Übungen. Sie knüpfen an die Selbsterforschungs-Praxis der indischen Yogis an, der buddhistischen Mönche und taoistischen Weisen. Wir müssen nichts herstellen. Das Meer der Weisheit ist schon in uns. Nachts, wenn wir schlafen und hinter unseren Träumen versinken, geschieht ohne unser Zutun Regeneration: Neuschöpfung. Körper und Seele holen Energien aus unsichtbaren Tiefen - erholen sich. Die Kraft des Tiefschlafs auch im Alltag zu finden, sagen die Yogis, ist möglich, wenn du in die eigene Stille kehrst. Dorthin, wo ein unbestechlicher Zeuge, den sie *atman* nennen, dein Dasein begleitet. Das ist kein kommentierendes *Ich*, das um Probleme kreist. Der oder das Schauende nimmt einfach nur wahr, was ist, und setzt allein dadurch Impulse. Klaus-Dieter Platsch beschreibt dieses Zeugenbewusstsein so:



...schwimmen, fließen, sein



Im stillen Innenraum kann alles Mögliche auftauchen, beispielsweise Themen feststeckender Energiekreise, Gefühle, Gedanken, Verletzungen – aber auch Schönes und Inspirierendes, Schätze aus dem Reich der Seele. So können wir lernen, mit unbedingtem Ja auf das zu schauen, was ist und wie es ist, und geben jenseits von Zensur und Bewertung unsere Kraft und Energie in den gegenwärtigen Moment – Lebensenergie für den jeweils nächsten Schritt.

In den Fluss zu kommen, heißt vor allem: sich auf ihn einlassen, sich ihm anvertrauen. Du schwimmst am besten in ihm, sagen die Taoisten, wenn du mit den hinabsteigenden Strudeln hinabsteigst und mit den hinaufsteigenden Strudeln wieder hinauf. Der Schwimmer, der mit

kraftvollen Schlägen jedem Sog nach unten widersteht, wird früher oder später erschöpfen. *Widerstand* ist nur begrenzt heilsam. Das zu ignorieren, was einen herabzieht, etwa eine Depression, hilft nur auf kurze Sicht. Auf lange Sicht haben verdrängte Energien etwas Zerstörerisches. Solche Energiekreise, sagt Platsch, können sich erst lösen, wenn wir sie zu einem Ende kommen lassen, an den richtigen Platz im Leben zurückgeben.

Wer im Fluss angekommen ist, im *flow*, schaut sich dabei nicht mehr zu. Er fließt, ohne um sein Fließen zu wissen. In der Sprache des indischen Therapeuten Siddharta Gautama ist solches Im-Fluss-sein so leicht und so natürlich, dass da eigentlich gar kein Wasser mehr ist, das dir Widerstand bietet.

Du fließt und bist zugleich dem Fließen enthoben. Du schwimmst noch und bist schon am anderen Ufer.

Für gewöhnlich halten solche Erfahrungen nicht länger an. Früher oder später finden wir uns im Kampf mit den Fluten wieder, sind zurückgeworfen ans diesseitige Ufer. Da, wo die *Gefahren und Schrecken* lauern. Unsere Schmerzen und Ängste, unsere Wut, unsere Begierden. Um dauerhafte *Ruhe und Furchtlosigkeit* zu finden, empfiehlt uns Gautama, ein Floß zu bauen. Ein Gefährt, das uns hilft, den reißenden Fluss zu überqueren. Und dazu ein Navigationssystem zu entwickeln. Gautama liefert sogar eine Bedienungsanleitung für die Querung des Flusses. Sie besteht aus acht Punkten: Erkunden der Strömungen. Mutiges Sich-Einlassen. Miteinander-Reden. Situatives Handeln. Gewalt vermeiden. Sich Hingeben. Wachsein. Und immer wieder sammeln.



Die Übungen, die Klaus-Dieter Platsch empfiehlt, schöpfen aus dem Geist dieser achtfachen Übung. Neben der Selbstwahrnehmung – dem Lauschen auf die innere Stimme, der Einladung an den Fluss, sich führen zu lassen – gilt sein besonderes Augenmerk dem Arzt-Patientinnen-Verhältnis. Dieses ist wenig heilsam, wenn es sich in Geschäftigkeit und sachlichen Diagnosen erschöpft. Was beide Seiten miteinander bereden und miteinander tun, bedarf einer tieferen Ebene, einem gemeinsamen heilenden Feld:

Offenheit und liebendes Mitgefühl des Arztes und der Therapeutin, die in ihnen lebendige Überzeugung, dass grundsätzlich alles möglich ist (wenn auch nicht machbar), führt zu einer höheren Schwingungsfrequenz (...). Der kranke Mensch wird im wahren Sinne des Wortes wieder heller, schwingt anders.

Physiologische Krankheiten sind eine Sonderform des Grundleidens, an dem wir mehr oder weniger alle leiden: das Verengtsein auf egoistische Ängste und Begierden. Ins-Fließen-kommen ist ein In-Verbindung-Kommen mit anderen Menschen, mit anderen Lebewesen, mit der Natur, mit der namenlosen schöpferischen Energie, die wir notdürftig *Kosmos, Evolution, Dharma* oder *Gott* nennen. Auch hier droht uns Verengung, wenn wir an Begriffen und Vorstellungen festhalten. Es gibt nicht den goldenen Heilsweg, das sichere Gefährt. Wir sind nur solange drüben, *am anderen Ufer*, wie wir unsere Methoden, etwa die Meditation, nicht mit Hoffnungen oder gar Erwartungen überfrachten.

Das Floß, das uns ans andere Ufer gebracht hat, sagt Gautama, war nur ein Hilfsmittel. Es wäre nicht klug, sich *an dieses zu klammern, es auf seinen Rücken zu laden und sein Gewicht mit sich herumzuschleppen*. Methoden, die festgeschrieben werden oder gar mit einem Heilsversprechen beladen, müssen zwangsläufig scheitern.

Das, was uns heilt, können wir nur in der Wahrnehmung der jeweiligen, individuellen, einzigartigen Situation erfahren.

Wissen über Krankheiten und ihre Verläufe, Statistiken und Prognosen schaden dem Heilprozess oft mehr, als dass sie ihm nützen. Diese Einsicht führte Klaus-Dieter Platsch dazu, Konzepte fallenzulassen. In der Begegnung mit dem Patienten mit seinen eigenen Vorstellungen zur Seite zu treten und den Raum zu öffnen. Den Raum des Nichtwissens. Für den Arzt wie für den Patienten bedeutet solches Sich-anvertrauen, auch die Möglichkeit des Scheiterns anzunehmen lernen. Der Tod ist eine Wirklichkeit des Lebens, über dessen Möglichkeiten wir so wenig wissen, wie über den nächsten, sich gerade auftuenden Augenblick.

Sich öffnen für das unendliche Feld des Möglichen, heißt, das Wirkliche nicht zu verdrängen. Alles, was auftaucht, darf sein. Alle präformierten Gedankenstrukturen lösen sich auf im Nichtwissen. Sich dem Nichtwissen anvertrauen ist ein Akt der Hingabe an das Höhere und gleichbedeutend mit der Aufgabe der Kontrolle. Hingabe hier meint Hingabe an die eigene Seele, an das weite Meer der Weisheit und unseres Entwicklungspotentials. Wovor sollten wir uns fürchten?



*Heilung als schöpferischer Prozess.
Wo Körper und Geist sich treffen,
Klaus-Dieter Platsch, Kamphausen 2020*

Portrait S. 80 von Nina von Wiese