

# Die Göttin der Körperarbeit

Deane Juhan

Übersetzung: Eva Maria Willach

Moderne Medizin, mit den Schwerpunkten auf klinischer Forschung, Pharmakologie, Chirurgie und Medizintechnologie, beherrscht das Gesundheitswesen. Ihre Erfolge sind großartig, für den Laien leicht verständlich und nachvollziehbar. Mediziner haben sich auf gemeinsame Ziele, ein gemeinsames Vokabular und gemeinsame Methoden in Forschung und Praxis geeinigt. Sie arbeiten zumeist auf ein gemeinsames, logisch definiertes Ziel hin. Sie sind von einem gemeinsamen Archetypus getragen, und sie versammeln ihre Bemühungen unter einem gemeinsamen Symbol - dem Stab mit der Schlange.

Dieser Stab mit Schlange gehört zu Äskulap, dem griechischen Gott der Medizin, und sein Arbeitsfeld hat sich in den Jahrhunderten kaum verändert. Er ist der Bekämpfer der Krankheiten. Sein Genius liegt darin, anhand objektiver Analyse, Krankheiten zu erkennen und zu identifizieren, sie voneinander abzugrenzen und für jeden speziellen Zustand eine passende Therapie zu erfinden. Für Äskulap sind Erkrankungen autonome Prozesse, die durch Keime, Viren, Gifte oder genetische Defekte hervorgerufen werden. Seine Taktik besteht darin, die Ursachen zu finden und einzuordnen, die betroffenen Organe zu lokalisieren, Symptome zu identifizieren und mit einer sorgfältig ausgesuchten Therapie zu bekämpfen.

Es ist die Aufgabe des Äskulap, als Arzt zwischen Patient und Krankheit zu intervenieren. Er vertritt die Position, dass die Gesundheit des Patienten wiederhergestellt ist, wenn die Krankheit besiegt ist. Er verteidigt die Außengrenzen, er wendet sich vehement gegen bedrohliche Eindringlinge, er ist der biologische Polizist. Und natürlich ist er männlich, mit einer gewissen, auf Spezialwissen gegründeter Autorität ausgestattet. Er ist eine mächtige und unwiderstehliche Gottheit, mit großartigen Tempeln, hingebungsvollen Priestern und Priesterinnen und unzähligen Nutznießern.

Äskulap hat traditionell ein weibliches Pendant - eine Kollegin, eine Schwester, in späteren Versionen eine Gattin - die die andere Seite menschlicher Entwicklung und ihrer physiologischen Konsequenzen vertritt: Hygieia, die Göttin der Gesundheit. Unsere Opfernaben an Hygieia, unser Verständnis ihrer Macht und Reichweite, sind seit langem vernachlässigt. Wenn wir krank oder verletzt sind, rennen wir natürlich zu Äskulap und kredenzen ihm dankbare Verehrung, wenn wir von unseren Symptomen befreit sind. Wir haben jedoch vergessen, dass Gesundheit mehr ist als die Abwesenheit akuter Erkrankung. Gesundheit ist kein neutraler, impersonaler, sich selbst erhaltender statischer Gleichgewichtszustand. Gesundheit ist ein beständiger Prozess des Wachsens, Lernens, der Veränderung und Anpassung, der Kompensation und Verbesserung von Körperfunktionen. Im Gegensatz zu einer Therapie, hat Gesundheit kein klar definiertes Ziel. Gesundheit ist ein endloser Prozess, der durch veränderte Bedingungen beständig herausgefordert ist, jedoch auch ständig neue Bestleistungen und Wohlfühl hervorbringt.

Die Segnungen Hygieias werden nicht in unseren Schoß fallen, obwohl sie ein Geburtsrecht sind. Sie müssen erworben werden. Der Göttin Arbeitsweisen haben eigene Gesetze, eigene Disziplinen, eigene Zutaten und eigene Konsequenzen, alle verwandt und dennoch sehr verschieden von denen des Äskulap. Die lebenslange Aufgabe, Gesundheit anzustre-

ben, braucht keine aggressiven Eingriffe spezieller, mit höheren Weihen ausgestatteter Experten. Das Lernen einfacher aber wirkungsvoller Prinzipien, das Nähren gewinnbringender Gewohnheiten, das Suchen nach neuen Lösungen für neue Probleme, bevor diese pathologisch werden, und vor allem das aktive und intelligente Engagement jedes Einzelnen bei der Gestaltung eines vibrierenden und produktiven Lebens, das ist was von Nöten ist.

Hygieia ist weniger Autorität als vielmehr Lehrerin, nicht so sehr der Polizist, eher die Sozialarbeiterin, nicht der Installateur oder Renovierer sondern die getreue Hauswirtschafterin und die beständige und pünktliche Bezahlerin von organischen Rechnungen. Das sind Hygieias Belange, und unsere Verehrung besteht, darin, sie aufmerksam wahrzunehmen.

Während unserer Periode der Neuzeit, in der die Fortschritte in der Chirurgie, in der Entwicklung von Medikamenten und der Medizintechnologie enorm schnell und oftmals lebensrettend sind, ist Askulaps Stärke und Anziehungskraft ins Zentrum der öffentlichen Aufmerksamkeit und steuergeförderter Forschung gerückt, und die aktive Beschäftigung mit Hygieia ist vernachlässigt worden. Dieses Verschwinden des Hygieiaprinzips aus unserem Denken und Handeln findet seinen unmittelbaren Widerhall in den konzeptionellen und logistischen Lücken vieler Institutionen- nicht nur derer die offiziell mit dem Gesundheitswesen zu tun haben. Hygieia erinnert uns daran, dass Kranksein nicht nur das Eindringen eines autonomen Keims bedeutet, sondern eine biographische und biologische Beziehung beschreibt. Ihre Welt ist nicht definiert in dualistischen Polaritäten wie Körper/Geist, Gesundheit/Krankheit, Leben/Tod. Ihre Welt ist eine der Vereinigungen, der Einschließungen und dynamischen Interaktionen während der Lebenszeit. Sie kümmert sich weniger um die Krankheitsüberträger an sich, sondern mehr um die Bedingungen, die wir in uns und um uns herum geschaffen haben, die die Erreger einladen. Ihre Mission ist eine Diplomatische, Erzieherische, keine Militärische.

So wenig vertraut, wie uns diese Prinzipien dieser Tage erscheinen, so sind sie dennoch nicht neu. Sogar Louis Pasteur, einer der Väter der modernen Pharmakologie, hatte bereits verstanden, dass die Ausbreitung der virulentesten Keime ein unterstützendes Umfeld braucht und dass „Medikamente auf Dauer nicht effektiv sein können, wenn man nicht Schritte unternimmt, die physiologischen und sozialen Bedingungen, die ursprünglich die Krankheit gebahnt haben, zu verbessern“. Krankheit lässt *sich* in der Natur nicht restlos ausmerzen, weil Krankheit selbst ein natürlicher Prozess ist. Hygieias Strategie besteht nicht darin, den Feind zu bezwingen - übrigens ein Vorgehen, dass oftmals nicht nur den Eindringling sondern einen großen Teil der ursprünglichen Umgebung mit zerstört - sondern darin, ein biologisches Umfeld zu schaffen, welches sich wirkungsvoll einer Invasion von Keimen entgegenstellt, und welches über starke, natürliche Abwehrmechanismen im Falle des Auftretens bestimmter Gefahren verfügt.

Hygieias Prinzipien haben immer in wenig beachteter aber sehr wirkungsvoller Weise funktioniert, auch inmitten des turbulenten Aufstieg des Askulap. Viele der positiven Entwicklungen, die wir üblicherweise der Chirurgie, den Medikamenten und der Technologie zuschreiben, sind eigentlich Resultat der stillen, unsichtbaren und unbemerkten Arbeit von Hygieia.

So werden die dramatischen Rückgänge der Kindersterblichkeit und Verlängerung der Lebenserwartung dem Aufkommen der Keimtheorie und den klinischen Entdeckungen spezifischer, magischer Kugeln gegen spezielle Infektionen zugeschrieben. Wenn man die historischen Daten jedoch näher betrachtet, entdeckt man, dass bereits einige Generationen vor der Keimtheorie sowohl die Kindersterblichkeit zurückging als auch die Lebenserwartung deutlich stieg. Diese Entwicklung ist, die natürliche Folge u.a. der Verbesserung der öffentlichen Hygienepraktiken, der Reduzierung früher Formen industrieller Umweltver-

schmutzung, der verbesserten Ackerbau- und Lagerungstechniken, die großen Teilen der Bevölkerung frische und unverdorbener Nahrung zugänglich machte, und der Entwicklung von Materialien für waschbare und kostengünstige Unterwäsche, alles Entwicklungen, die lange bevor ir-geiidjemancl die Existenz und Wirkungsweise von Bakterien und Giften verstanden hat, die in schmutziger Umgebung vorhanden sind, bereits in Gang waren. Mangelnde Hygiene in verarmten Gegenden und ungebildeten Bevölkerungsgruppen ist auch im Zeitalter der Impfungen und Antibiotika immer noch der Hauptverursacher für verheerende Krankheiten und frühen Tod.

Angesichts der gegenwärtigen Debatte über alternative Gesundheitspraktiken sollte man sich einmal daran erinnern, dass es selbst nach der Formulierung der Keimtheorie noch eine weitere Generation von Ärzten gab, die sich gegen die praktische Anwendung von Hygiene stellte. Einfache Sterilisation von Medikamenten, Instrumenten, Kitteln, Betten, Böden, Wänden, Türgriffen usw. schien eine zu aufwendige und komplizierte Maßnahme zu sein. Und nur die Vorstellung, dass Chirurgen und andere Ärzte sich selbst vor einer Behandlung mit großer Sorgfalt desinfizieren sollten, rief die stärkste Ablehnung hervor. Die Idee, dass die Krankheits- und Therapieexperten aufgrund ihrer Ignoranz und Vernachlässigung von Hygiene selber die Ursache für Krankheit und Tod sein könnten, war einfach undenkbar. Diese Hygieia war einfach nur alter Weib er kr am. (just another old wive's tale).

Was wirklich über die moderne Medizin gesagt werden kann - und das ist wahrlich ein Grund zum Jubeln und Feiern - ist, dass sie bei der Unterdrückung und Behandlung von solchen Erkrankungen äußerst erfolgreich ist, die die Menschen mit allen anderen Säugetieren teilen: Krankheiten, die durch Keime, Gifte, Genveränderungen und Verletzungen entstehen. Gegen Erkrankungen jedoch, die speziell die Spezies Mensch betreffen, - Entwicklungsstörungen, degenerative, chronische, psychosomatische, funktionale Leiden - da sehen die Erfolge nicht so rosig aus.

Die Todesursachen, die die Sterblichkeitsstatistiken dieser Tage anführen, haben mit Verletzungen und Keimen wenig zu tun. Das sind Herz- und Kreislaufversagen, Immunschwäche und Fehlfunktionen, Stoffwechselstörungen, Bindegewebserkrankungen, Krebs, Magengeschwüre und andere erworbene oder durch schlechte Gewohnheiten entstandene Störungen des inneren Gleichgewichts und anderer natürlicher Prozesse.

Irvin M. Korr, ein Forscher und Theoretiker der Osteopathie beschreibt das so: „(Die Krankheiten) Sie sind mit den anatomischen Anpassungen an die Vertikalität, mit der unvollendeten strukturellen und funktionalen Anpassung des Menschen an die Aufrichtung verbunden. Die Anforderungen der Schwerkraft konfrontieren den Menschen mit besonders schwierigen biologischen ‚Problemen‘, die erst jetzt langsam systematisch erforscht werden. Es sind in erster Linie Probleme biomechanischer Art, wie die des Kreislaufs, der Flüssigkeitsverteilung, der Drainage der Organe, Gewebe und Höhlen, der mechanischen Aspekte viszeraler Funktionen, der Schwangerschaft und Geburt. Und sekundär sind es Folgen von fehlerhaften Zellfunktionen und Stoffwechselstörungen und ganz besonders Fehlfunktionen im riesengroßen Bewegungssystem des Körpers, durch welches wir auf unsere Umgebung einwirken und unsere Lebenskraft ausdrücken.“

Diese Probleme lassen sich nicht auf einmal und für alle Zeit lösen. Das sind langfristige Entwicklungen, deren Einzelelemente und Beziehungen sich untereinander in dem Maße verändern, wie wir die Umstände unseres Wachstums, Reifungs- und Alterungsprozesses verändern. Diese Ebenen lassen sich nur durch Selbstwahrnehmung, Selbstregulierung, aktives Eingreifen und Selbstverantwortung erfolversprechend erreichen. Die bewusste Absicht, innere Muster und Funktionen zu verbessern, und die Entfaltung der subjektiven

Empfindungsfähigkeit können uns zu einer günstigeren Funktionsweise führen, uns für die Vielfalt der biologischen Prozesse sensibilisieren. Wenn wir solche Methoden lernen, und wenn wir diese Lektionen für unsere Vitalitäts-, Intelligenz- und Aktivitätssteigerung anwenden, dann befinden wir uns unter der wirksamen Führung von Hygieia, dann nähren wir uns mit Mutter Natur, die auch die Schlange des Äskulap nährt.

Es ist gewiss kein Zufall, das die professionelle Körperarbeit gerade zu dieser Zeit aus den Kinderschuhen herausgewachsen ist und in den Mairisteam des amerikanischen Gesundheitswesens eintritt. Unser gegenwärtiges Gesundheitssystem befindet sich in einer existentiellen Krise, die nach wesentlichen Veränderungen ruft. Zur Reform des Gesundheitswesens ist schon viel gesagt worden, viel politischer Streit geführt worden. Es ist eine Schande, dass die Bemühungen sich bislang nur darauf konzentriert haben, wie man die Wirtschaftlichkeit und die Logistik der Instrumente, die zur Zeit innerhalb des Systems zur Verfügung stehen, wieder in den Griff bekommt, als ob steigende Kosten, unnötige Untersuchungen, nachlässiges Management und übermäßige Bürokratie die einzigen Faktoren sind, die dem durchschnittlichen Bürger bessere Gesundheit und Leistung garantieren können.

Im Bereich der chronischen und degenerativen Erkrankungen kann unser Beruf der Körperarbeit viele profunde Einsichten vermitteln, Ressourcen mobilisieren und kostengünstige Maßnahmen anbieten. Ob wir diesen Beitrag wirklich leisten werden, liegt, ganz und gar an uns. Wir können bei der Suche nach Lösungen, die wir bislang selber nicht klar artikuliert haben, von Regierungsstellen oder anerkannten Berufsverbänden kein Entgegenkommen erwarten. Wir können auch nicht von der breiten Öffentlichkeit erwarten, dass sie Konsumwünsche auf Methoden ausrichtet, die sie nicht versteht oder denen sie nicht vertraut.

Aus diesen Gründen müssen die Körperarbeitsberufe sich aufrichten und den Archetypus der Hygieia wieder aktivieren, sich ihrer Führung wieder anvertrauen.

Jeglichem menschlichen Unterfangen wird Einheit, Kraft und Beständigkeit beschieden sein, wenn es gemeinsame Ziele, Prinzipien, eine einheitliche Diktion, ein gemeinsamer Sinn für die Werte und Ziele herausstellt. Wir leiden heute unter der Identifikation mit einem anderen Archetypus, dem des intuitiven, manchmal sogar mystischen, schamanistischen Praktikers, einem in Ehren gehaltenen Loserstatus, den süßen Geheimnissen esoterischer Wahrheiten und unsichtbaren, übernatürlichen Kräften.

Unseren Berufen ist auf dem Marktplatz der Ideen und Aktivitäten viel mehr gedient, wenn wir uns daran erinnern, dass wir unser Engagement nicht in unwissenschaftlichen Unternehmungen, die sich einfachen und demonstrierbaren Grindannahmen verweigern, vergeuden. Die Wertediskussion um wissenschaftliche und unwissenschaftliche Verfahren kann uns nur verwirren und schaden.

Hygieia ist die andere Seite der medizinischen Wissenschaft, die Seite, die sich hauptsächlich mit dem Verhalten des Wirtes in einer kranken (dis-eased) Beziehung beschäftigt.

Im medizinischen Establishment gibt es potentielle und mächtige Verbündete, denen der Mangel an Hygieiaprinzipien nicht entgangen ist. Ein mächtiger amerikanischer Ärztevertreter Everett C. Koop kam zu dem Schluss, das unter den gegebenen Bedingungen des Status Quo nur noch unbedeutende Verbesserungen in der Lebenserwartung und Lebensqualität möglich seien. Wenn die Amerikaner jedoch aufhören könnten zu rauchen, Alkohol in Maßen trinken, mehr frische und weniger fetthaltige Nahrungsmittel essen und sich angemessene Bewegung verschafften, dann wären mit Leichtigkeit innerhalb von 10 Jahren die öffentlichen Gesundheitskosten auf die Hälfte zu reduzieren.

Äskulaps Kliniker können uns genau sagen, was uns verletzt und womit wir uns infiziert haben. Sie können auch über die Physiologie und Biochemie dessen Auskunft geben, was passieren würde, wenn wir Dr. Koops Ratschläge befolgen würden. Offenbar: liegt es aber nicht in ihrer Macht, das Verhalten der Menschen zu ändern. Eine solche Veränderung benötigt keine überzeugenden wissenschaftlichen Studien oder drastische Warnungen von Autoritäten. Wir brauchen eine erhöhte Sinneswahrnehmung für eine bessere Selbst-Untersuchung, wir brauchen mehr Gelegenheiten wahrzunehmen, wie es sich tatsächlich anfühlen würde, wenn unsere Körperfunktionen besser arbeiteten, wir besser dran sein würden und ein verfeinertes, waches Verantwortungsgefühl für die Konsequenzen unseres Handelns. Mehr Selbsterfahrung mit meinem Organismus und seiner Lebensumgebung und eine wachsende Motivation, positive Veränderungen anzunehmen, sind hier die Schlüssel zum Glück. Und das sind genau die Beiträge Hygieias, Nährerin der Schlange.