

## **Vorwort zu „Krankheit und Sehnsucht“ von Otto Teischel**

Im vergangenen Jahr habe ich an meiner Universität versucht, eine Vorlesungsreihe für Medizinstudenten zum Thema „Salutogenese und Selbstheilung“ anzubieten. Die für die Genehmigung solcher Lehrangebote zuständige Kommission bat mich um Geduld. Das Problem: Der Lernzielkatalog für das Medizinstudium beschreibt zwar über 100 Lernziele, sie reichen vom sachgemäßen Anlegen eines Wundverbandes bis zum Ausfüllen des Totenscheins. Aber Begriffe wie Salutogenese oder gar Selbstheilung sucht man dort vergebens. Der Erwerb von Kenntnissen über das, was einen Menschen gesund erhält und über die im Verlauf eines Heilungsprozesses im Körper ablaufenden Reorganisationsprozesse ist als Lernziel für künftige Ärzte nicht vorgesehen.

Noch ist in den Gehirnen der meisten Mediziner, offenbar auch derjenigen, die unsere künftigen Ärzte ausbilden, die Überzeugung fest verankert, dass Menschen deshalb krank werden, weil etwas in ihrem Körper nicht ordnungsgemäß funktioniert und das es ihre Aufgabe sei, diesen Defekt ausfindig zu machen, zu reparieren und den Erkrankten auf diese Weise zu heilen. Wer so denkt, kann freilich mit den Erkenntnissen über Salutogenese und Selbstheilung wenig anfangen. Dem wird auch ein Buchtitel wie „Krankheit und Sehnsucht“ eher verstören.

Aber ist es nicht genau das, worauf es ankommt? War nicht von jeher dieses Verstörende, Unbequeme der Ausgangspunkt, der Motor und die Triebfeder für jede neue Entdeckung, jede neue Erkenntnis und für jede neuen Sicht auf die Dinge, zu der jeder Einzelne in seinem Leben irgendwann gefunden hat? Und sind es nicht immer wieder genau diese Irritationen und unbequemen Fragen, die auch ganze Wissenschaftsdisziplinen schließlich zur Herausbildung eines neuen Selbstverständnisses und einer neuartigen Betrachtungsweise der von ihnen untersuchten Phänomene führen?

Gäbe es die Verstörung nicht, müssten wir ja ständig so weitermachen wie bisher. Für jemand wie mich, der sich mit der Funktionsweise des menschlichen Gehirns befasst, ist es selbstverständlich, dass es ohne vorangehende Irritation, ja bisweilen auch ohne tiefgreifenden Zweifel an sich selbst und an seinen eigenen, bisher

entwickelten Überzeugungen keine Weiterentwicklung, keine Neuvernetzung der in seinem Hirn einmal entstandenen Verschaltungsmuster gehen kann.

Zu stark darf die Irritation allerdings nicht werden, sonst erlebt man sie als Bedrohung und gerät in eine Krise. Darauf reagiert das Hirn durch Rückgriff auf alte, bewährte Denk- und Handlungsmuster. Die heißen schlimmstenfalls Angriff, wenn das nicht geht, Flucht und schließlich, wie es in der Reaktion der Lehrplankommission meiner medizinischen Fakultät auf mein Lehrangebot „Salutogenese und Selbstheilung“ deutlich wird, kommt es zu ohnmächtiger Erstarrung. Dann hofft man nur noch, dass so ein Antrag nicht noch einmal gestellt wird.

Wenn das Ausmaß der Verstörung nicht ausreicht oder durch Ignoranz hinreichend unterdrückt werden kann, passiert gar nichts im Gehirn. Dann bleibt alles so, wie es bequemerweise vorher auch schon war.

Die für eine eigene Weiterentwicklung günstige Intensität einer Verstörung lässt sich immer dann erzeugen, wenn es gelingt, andere Personen, z. B. die Vertreter eines ganzen Fachgebietes, die Anhänger einer Sekte oder die Mitglieder einer Partei, in eine Situation zu bringen, in der sie in ein Dilemma mit ihren eigenen Vorstellungen und Überzeugungen geraten.

Und genau das macht Otto Teischel in diesem Buch. Er erklärt, dass wir Menschen etwas empfinden, was wir „Sehnsucht“ nennen. Dieses Gefühl entsteht immer dann, wenn wir erkennen, dass die Welt in der wir leben - und dort vor allem unsere Beziehungen zu anderen Menschen - nicht so sind, wie wir uns das wünschen. Wenn wir dort draußen in der Welt Erfahrungen machen, die wir als schmerzhaft erleben.

Um das zu begreifen, muss man nicht Hirnforscher sein. Auch wenn die inzwischen nachweisen können, dass es bei einer durch andere Personen ausgelöste Verletzung und Kränkung zur Aktivierung der gleichen, in die Schmerzverarbeitung involvierten Bereiche der Hirnrinde kommt wie durch körperliche „Beziehungsstörungen“, also körperlichen Schmerz.

Und dass jeder Mensch eine Lösung finden muss, um diesen Schmerz abzustellen, dürfte auch jedem einleuchten. Dass diese Lösung nur von der betreffenden,

verletzten Person gefunden selbst gefunden werden kann, wenn sie mit ihrem Schmerz allein bleibt, ist auch leicht einsehbar. Dieser Logik wird sich auch jeder Mediziner anschließen können. Er oder sie kennt das ja aus eigener Erfahrung. So weit, so gut.

Aber jetzt geht Otto Teischel in seinem Buch eben noch einen klitzekleinen Schritt weiter. Er nennt diese von einem Menschen zur Überwindung dieser seelischen, durch schmerzliche Beziehungserfahrungen ausgelösten Kränkungen „Krankheit“. Krankheit als verzweifelte Sehnsucht, die sich entweder auf psychischer Ebene manifestiert, als Depression, Zwangs- oder Angststörung oder eben als stoffgebundene oder nicht-stoffgebundene Sucht. Oder eben Krankheit als verzweifelte Sehnsucht, die sich auf körperlicher Ebene, als chronische psychosomatische Symptomatik ihren Weg sucht.

Und dieser klitzekleine Schritt, den Otto Teischel in diesem Buch macht, passt nun eben gar nicht mehr in den Kontext der gegenwärtigen medizinischen Wissenschaft und Praxis. Er verstört das Selbstverständnis derjenigen, die von diesen alten, tradierten Vorstellungen von Krankheit und Heilung geprägt sind.

So bringt er diese Leser genau dorthin, wo etwas Neues entstehen kann, in ein Dilemma von zwei, nicht miteinander vereinbaren Vorstellungen. Die Eine: Krankheit ist Ausdruck einer Störung im Körper, die es kompetent zu diagnostizieren und zu therapieren gilt. Die Andere: Krankheit ist die körperlich manifestierte Symptomatik einer Sehnsucht, die von dieser betreffenden Person offenbar nur so zu stillen war.

Wunderbar! Was für ein prachtvolles Dilemma. Und wie es für jedes ordentliche Dilemma bezeichnend ist, lässt es sich nicht lösen, indem man sich entweder auf die Seite der einen oder der anderen Vorstellung schlägt. Einmal entstanden, bleibt es ein fortwährendes Ärgernis, eine nach einer Lösung rufende Verstörung. Lösen lässt sich ein Dilemma nicht, indem man entweder das Eine oder das Andere macht, sondern nur durch eine eigene Transformation, durch die Suche nach einer Vorstellung von Krankheit und Heilung, die über die bisherigen Vorstellungen hinausreicht und sie doch in sich vereint.

Der Name dieser Lösung, die die moderne Medizin in immer mehr Bereichen bereits gefunden hat, mit der sie weiterarbeiten kann, ohne sich selbst weiter in Frage stellen zu müssen, die sie aus diesem Dilemma herausführt und ihr ein neues Verständnis von Krankheit und Heilung ermöglicht heißt „Selbstorganisation“ oder vielleicht noch präziser „Autopoiesis“.

Alle lebenden Systeme, also jedes Ökosystem, jedes soziale System, jeder Organismus als körperliches System und nicht zuletzt unser eigenes Nervensystem formen sich selbst, gestalten sich selbst und entwickeln ihre jeweiligen strukturellen und funktionellen Merkmale durch fortwährende Anpassung der Beziehungen ihrer jeweiligen Subsysteme an die Erfordernisse der sich ständig verändernden äußeren Lebenswelt. In einer Welt gestörter sozialer Beziehungen wird sich deshalb auch das innere Beziehungssystem, also das körperliche und geistige Regelsystem eines in dieser Welt lebenden Menschen an diese ungünstigen Rahmenbedingungen anpassen. Wie das geschieht, beschreibt Otto Teischel in diesem Buch.

Und wer das verstanden hat, versteht dann auch ganz von allein, dass niemand einen anderen Menschen heilen kann, dass jede Heilung Ausdruck des gleichen, sich selbst organisierenden Prozesses, nur jetzt unter günstigeren Rahmenbedingungen ist. So, dass es wieder „heilen“ kann.

Und diesen Selbstheilungsprozess möglichst kompetent zu begleiten und unter Zuhilfenahme all dessen zu ermöglichen, was die medizinische Wissenschaft und die Medizintechnik an dazu geeigneten Verfahren und Instrumenten entwickelt hat, ist höchste ärztliche Kunst und zentrale Aufgabe einer zukünftigen Medizin.

Göttingen, im Januar 2014

Gerald Hüther