
Was uns wirklich krank macht

Globalisierung, Turbokapitalismus und globale Krise – sie belasten nicht nur unseren Geldbeutel, sondern zunehmend auch unseren Gesundheitszustand. Aber wir können auch etwas dagegen tun. ■ Ruediger Dahlke

Seit dem 11. September 2001 werden wir von den Medien systematisch auf schlechte Zeiten vorbereitet. Die im System angelegte und von ihm geförderte Gier hat eine Finanzkrise herauf beschworen. Die Wirtschaft bricht auf breiter Front ein, und wir werden darauf eingeschwo-ren, den Gürtel enger zu schnallen. Die Arbeitskräfte sollen Lohnverzicht üben und froh sein, überhaupt noch Arbeit zu haben. Andererseits erfüllen konservative Politiker die alten Forderungen von Kommunisten und verstaatlichten Banken, ohne allerdings Einfluss auf deren Entscheidungen zu nehmen. Für die Spielschulden der Investment-Banker

Es will mir scheinen, als ob ein Kranker leichtsinniger sei, wenn er einen Arzt hat, als wenn er selber seine Gesundheit besorgt.»

FRIEDRICH NIETZSCHE

machen Politiker gigantische Summen locker, die sie für Kinder und Familien, Bildung und Entwicklungshilfe nie herausgerückt hätten. Der Turbokapitalismus leistet derzeit seinen Offenbarungseid, aber die Verantwortlichen, die von ihm profitieren, versuchen dies zu verschleiern. Die Anhänger dieser Form von Kapitalismus werden nicht müde, die Globalisierung als Allheilmittel zu preisen. In Wahrheit nutzt sie aber weder den Armen in der Dritten noch den Unterprivilegierten in der Ersten Welt. Sie dient ausschliesslich den Superreichen und Privilegierten überall auf dem Globus. Während die wirtschaftliche Gesamtleistung der Industrienationen und deren Reichtum immer noch wachsen, gestaltet sich die Verteilung zunehmend ungleich. Ökonomisch wären menschenwürdige Einkünfte und Arbeitsverhältnisse für alle längst möglich,

dazu bräuchte es aber eine gerechte Verteilung. Leider fehlt zu dieser einzig Erfolg versprechenden Vorgehensweise aber der politische Wille.

Die Vernebelungsstrategien der Politiker lullen die meisten Bürger zunehmend ein. Die Menschen fühlen sich während ihres Arbeitstages gehetzt und gestresst und suchen danach meist nur noch Ablenkung. Sie verkriechen sich in ihren Fernsehsesseln und lassen sich von Seifenopern und Spielshows ablenken. Die fast nur aus Horrormeldungen bestehenden Nachrichten deprimieren sie derart, dass ihnen ihr eigenes Schicksal wieder etwas erträglicher erscheint. Mit Kampagnen voller Pseudoinformationen werden die Menschen mehr unterhalten und verdummt als informiert. Man denke nur an die Medienhysterie bezüglich der asiatischen Lungenentzündung SARS, der Vogelgrippe oder jetzt der Schweinegrippe.

Irgendwann sind die Bürger dann schon zufrieden, wenn sie von solchen Pseudobedrohungen verschont geblieben sind und stellen den Politikern keine weiteren Fragen. Das Ziel solcher Kampagnen besteht klar darin, jene drei Viertel der Bevölkerung, die vom gesellschaftlichen Reichtum ausgeschlossen werden sollen, zu beschäftigen und zugleich ruhig zu stellen. Auf diese Weise verlieren sie auch den Kontakt zu ihren Leidensgenossen. Ein Solidarisierungseffekt, der die Menschen aus ihrer Lethargie heraus reissen könnte, wird verhindert. Menschen erleben sich als zunehmend ohnmächtig und isoliert. ►

Eine spirituelle Leere, ein tiefes «Unausgefülltsein» steckt hinter dem Wachstumsdruck in unserem Wirtschaftssystem, der durch persönliche Gier noch verstärkt wird.



In unserem Zinssystem haben wir eine deutliche Analogie zum gefräßig wachsenden Krebs. Es kann langfristig nicht funktionieren und muss in Krisen führen.

Die Situation wird zunehmend unerträglich – jedenfalls für die Mehrheit der Menschen. Die Zahl derjenigen, die nichts mehr zu verlieren haben, wächst. Und dies könnte auch politisch eine gefährliche Situation heraufbeschwören. Im «International Herald Tribune» äusserte sich Klaus Schwab, der Gründer des World Economic Forum in Davos (also ein Mann der Wirtschaft): «Die menschlichen Konsequenzen der Globalisierung erreichen ein Niveau, mit dem das ganze Sozialgefüge der Demokratien in nie da gewesener Weise

Ganz sein, nicht fragmentiert in unseren Handlungen, im Leben, in jeder Art von Beziehung, das ist das eigentliche Wesen geistiger Gesundheit.»

KRISHNAMURTI

auf die Probe gestellt wird.» Schwab erkennt sehr richtig die Stimmung von «Hilflosigkeit und Angst, die in eine unberechenbare Gegenbewegung münden könnte». Immer mehr Menschen merken, dass sie nur noch sehr peripher zur Ökonomie gehören. Gleichzeitig spüren sie, dass ihr Leben aus weit mehr bestehen sollte als aus wirtschaftlichen Erwägungen.

Der zunehmende Leistungsdruck und die ständige Anspannung aufgrund des ernster werdenden Existenzkampfes lassen immer mehr Menschen in ein Burn-out-Syndrom schlittern. Diese neue «Volkskrankheit» wird von vielen Psychiatern jetzt eindeutig als Vorstufe der Depression angesehen. Laut EU-Kommission sind schon heute 25 Prozent der Bevölkerung auf EU-Gebiet psychiatrisch behandlungsbedürftig. Von diesen sind wiederum 80 Prozent depressiv. In Wirtschaftskrisen wächst das Gefühl breiter Bevölkerungskreise, nicht gebraucht und deshalb auch nicht wertgeschätzt zu werden. Das lässt Menschen an sich selbst zweifeln und das Gefühl für den Sinn des Lebens verlieren. Arbeitslose sind sogar einem «Dauerbeschuss» demütigender Botschaften ausgesetzt. Sie bekommen Woche für Woche zu hören, dass es keine Arbeit für sie gibt. Auch diejenigen, die noch arbeiten, erleben steigenden Druck und die Angst vor Ausgrenzung. Oft fühlen sie sich hilflos und voll ohnmächtiger Wut. Da diese Gefühle meist heruntergeschluckt werden, entwickeln sich daraus eine Fülle von Krankheitsbildern: Magengeschwüre, Allergien, Tinnitus und Hörstürze, Schlafstörungen und Panikatta-

cken. Typisch sind auch Infektionen aufgrund zunehmender Abwehrschwäche. Kaum etwas reduziert die Abwehr so wirksam wie Angst.

Zum Glück erkennen immer mehr Manager, dass das Mitschwimmen im System auch ihnen einen hohen Preis abverlangt. Wer seine berufliche Aufgabe über Jahre hauptsächlich darin sieht, unmenschliche Massnahmen zur Steigerung von Effizienz durchzusetzen, an dem geht diese Lebensweise nicht spurlos vorbei. Sie verstellt ihnen den Zugang zu ihrer eigenen Seele. Dadurch verlieren diese Menschen nicht nur Freunde, sondern allmählich auch alle Freude am Leben. Schliesslich wird ihr ganzes Leben zu einer einsamen Hölle, für die es in den USA schon einen medizinischen Namen gibt: Alexithymie. Dies ist ein Zustand, der das Burn-out-Syndrom noch in den Schatten stellt, in dem fast alles verloren geht, was bisher die eigene Menschlichkeit ausgemacht hat. Der Betroffene führt eine Art Roboterexistenz. Von Partnern und Freunden verlassen, funktioniert er immer noch ziemlich perfekt, aber ohne jeden Zugang zu Gefühlen.

Würden Manager weltweit entdecken, dass auch sie menschliche und sogar spirituelle Bedürfnisse haben, sie würden sich wahrscheinlich weigern, unseren Heimatplaneten und seine Bewohner noch länger zu drangsalieren. Sie würden aufhören, sich selbst und allen anderen die Lebensgrundlage zu entziehen. Leider haben sich diese Menschen meist so ausschliesslich im männlichen Yang-Pol verfangen, dass sie die Welt als Ganzes gar nicht mehr wahrnehmen. Sie leben eine groteske Karikatur der Philosophie vom Leben im Hier und Jetzt. Vor lauter Anspannung und Wichtigtdenken sie gar nicht mehr an morgen.

Eine spirituelle Leere, ein tiefes «Unausgefülltsein» steckt hinter dem Wachstumsdruck in unserem Wirtschaftssystem, der durch persönliche Gier noch verstärkt wird. Die Menschen wollen immer mehr, weil sie das eigentlich Entscheidende nicht bekommen. Der Sinn des Lebens ist zunehmend auf der Strecke geblieben. Gier oder «Anhaftung», wie es der Buddha nannte, ist natürlich nicht nur im finanziellen Bereich gefährlich. Wir finden sie u.a. auch beim Essen.

Die nachhaltigste Lösung würde darin bestehen, die Urprinzipien zu verstehen und sie möglichst in ihrer erlösten Form umzusetzen. Das könnte zum Beispiel bedeuten, sich weise auf das Wesentliche zu beschränken.

Wachsendes Übergewicht in der «Ersten» kontrastiert mit tödlichem Hunger in der «Dritten Welt». Ebenso gibt es ein Zuviel an Medien-Konsum und ein Zuviel an Information. Dem steht ein Mangel an geistig-seelischer Nahrung wie auch an Inhalt und Sinn gegenüber.

Wachstum ist in der Archetypenlehre dem Jupiter-Prinzip zugeordnet. An und für sich ist nichts dagegen einzuwenden, dass wir jedes der Urprinzipien in der ihm angemessenen Weise leben. Im Moment leben wir «Jupiter» jedoch in einer sehr einseitigen und primitiven Form: als Übermass oder rein materielles Wachstum. Eine Krankheitsform, die eng mit Wachstum verbunden ist, ist der Krebs: das ungebremste Zellwachstum, das auf Dauer den ganzen Organismus zerstört. Der Reichtum der Reichen wächst ähnlich einem Krebsgeschwür, aber auch die Menschheit als Ganzes entwickelt sich immer mehr zum Krebs der Welt. In unserem Zinssystem, derzeit die «heilige Kuh» der Wirtschaftspolitik, haben wir eine deutliche Analogie zum gefräßig wachsenden Krebs. Es kann langfristig nicht funktionieren und muss in Krisen führen. Der eine Pol des Jupiter-Archetyps provoziert aber auch seinen Gegenpol: Saturn, der für Mangel, Hemmung und Blockade steht. Er manifestiert sich u.a. in zunehmender Armut in der «Dritten Welt», aber auch bei uns, sowie in Form von Krankheit. Man denke dabei an die schon erwähnte Zunahme der Depression, die dem Saturnprinzip zugeordnet ist.

Woran die Welt krankt, darunter leiden derzeit auch viele einzelne Menschen. Und was wir den Patienten im Kleinen raten, könnte auch im grossen Zusammenhang durchaus nützen. Zum Beispiel empfehlen wir einzelnen Patienten Fastenkuren und weise Beschränkung statt Übermass. Das hilft ihnen in der Regel wieder auf die Beine und könnte auch makroökonomisch ein guter Ratschlag sein. Dasselbe gilt für einen nachhaltig gesunden Lebensstil, der vorzeitigen Verschleiss von «Ressourcen» vermeidet. Das Prinzip Nachhaltigkeit lässt sich selbstverständlich auf unseren Umgang mit dem Planeten Erde übertragen. Als drittes nenne ich noch das Prinzip «Vorbeugung», das im Mikrokosmos (Körper) wie im Makrokosmos (Welt) gleichermassen anwendbar ist.

Vorbeugung ist allemal besser als spätere teure Reparaturen. Es hat sich z.B. bewährt, die Lebensenergie von Anfang an im Fluss zu halten, statt das Blut später medikamentös zu verflüssigen.

Die nachhaltigste Lösung würde darin bestehen, die Urprinzipien zu verstehen und sie möglichst in ihrer erlösten Form umzusetzen. Das könnte zum Beispiel bedeuten, sich weise auf das Wesentliche zu beschränken und zu erkennen, wo das rechte Mass liegt. Häufig ist der mittlere Weg zwischen den Extremen der richtige. Es könnte aber auch bedeuten, den Neuanfang zu wagen, ein Verständnis für Ausgleich und Balance zu entwickeln und sich den Rhythmen der Natur zu fügen. Auch offene Formen der Kommunikation und umfassende Vernetzung wären hilfreich. Dies wären «radikale» Schritte im Sinne einer wirklich an die Wurzeln gehenden Wandlung. Nöte und Krankheiten könnten so erlöst werden – sowohl auf der individuellen als auch auf der kollektiven Ebene. Inspiration könnte wieder in Fluss kommen, und im Hintergrund stünde bei allem eine Ahnung des grossen Mysteriums, in dem wir alle aufgehoben sind.

Es kommt draufan, den Körper mit der Seele und die Seele durch den Körper zu heilen.

OSCAR WILDE

Dr. med. Ruediger Dahlke, Jahrgang 1951, ist Arzt und Psychotherapeut. 1989 gründete er zusammen mit seiner Frau Margit das Heil-Kunde-Zentrum Johanniskirchen. Heute ist er als Fastenarzt, Seminarleiter und Vortragender international tätig. Seine Bücher zur Psychosomatik unter Einbezug spiritueller Themen sind Bestseller und liegen in 22 Sprachen vor.
Info: www.dahlke.at



Literatur von Ruediger Dahlke zum Thema:

Die Schicksalsgesetze – Spielregeln fürs Leben, Goldmann Verlag

Die Psychologie des Geldes – Erfolgreicher und glücklicher mithilfe der Lebensgesetze, Nymphenburger Verlag

Woran krankt die Welt? Moderne Mythen gefährden unsere Zukunft, Goldmann Taschenbuch

Krankheit als Symbol (Das Nachschlagewerk zur Deutung von Krankheitssymptomen), C. Bertelsmann

CDs:

Das Gesetz der Polarität

Das Gesetz der Entsprechung

Bewusstseins-Felder (Alle bei Verlag Goldmann Arkana)