



Seele
Körper
Geist

und Heilung

Adova Schule für angewandte Duft- und Pflanzenheilkunde
Diplomarbeit von Bettina Breitenmoser, Tessenbergstrasse 75, 2505 Biel
Mai bis September 1998

Es ist kein Zufall, ...

...dass ich für meine letzte Arbeit im Rahmen meiner Ausbildung ausgerechnet das Thema „Körper, Seele, Geist und Heilung“ ausgewählt habe. Vielmehr ist es ein Zeichen für meine stetige Verunsicherung zu vielen Fragen, Fragen, die ich mir vor und während meiner Ausbildung immer wieder gestellt habe, Fragen, die ich für mich endlich beantworten wollte: Heile ich mit meinem Körper? Heile ich durch den Geist? Heilt der Geist durch mich? Oder ist es die Seele, die heilt?

Soviel war für mich klar: Antworten auf diese Fragen konnte ich nur bei mir selbst finden. Warum? Ich weiss es nicht. Es ist nur so ein Gefühl.

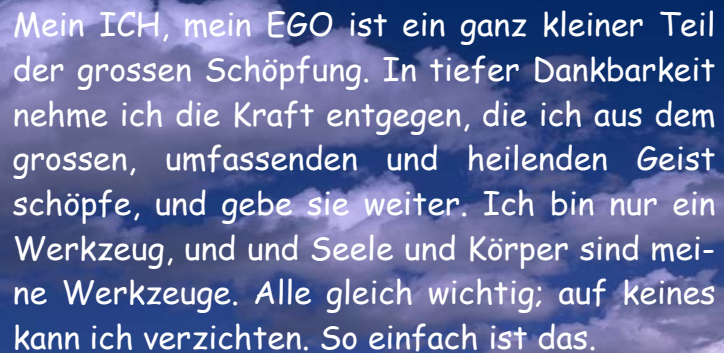
Da haben wir es schon wieder: Wer ist dieses ich? Was ist Wissen? Was ist Gefühl? Fühlen ist besser als wissen. Das jedenfalls war mein

Standpunkt, bevor ich diese Arbeit in Angriff genommen habe. Wie oft habe ich mich geweigert, meinen Gefühlen intellektuellen Ausdruck zu geben, weil ich überzeugt war, dass sie dadurch nur banalisiert würden. So zum Beispiel nach gemeinsamen Meditationen, wenn ich aufgefordert wurde, das Erlebte zu schildern. In mir sträubte sich alles dagegen, meine Erfahrungen in Worte zu fassen.

Ich brauche meinen Kopf nicht, ich heile mit der Seele. So meine unumstössliche Devise, die aber immer wieder in Zwiespältigkeiten mündete. Ist denn fühlen nicht schon wie wissen? fragte ich mich ab und zu. Woher kommen überhaupt meine Gefühle? Kommen sie nicht einfach von meinem Verstand, und ich nehme sie, im Gegensatz zum Denken, einfach anders wahr? Oder entstammen sie der Intuition, diesem zauberhaften Wesen, von dem, wenn ich mit anderen darüber rede, auch niemand so richtig weiss, was es ist. Ist In-

tellekt gleich Geist, oder ist der Geist eher ein Verwandter der Seele? ...

Ich weiss nicht mehr, wieviele Stunden ich über diese Fragen nachgedacht und mit Freunden darüber diskutiert habe. Auf den folgenden Seiten werde ich versuchen zu erklären, was ich dabei herausgefunden habe und was *für mich* stimmt. Meine Schlussfolgerung nehme ich aber - um Dir, liebe Leserin, lieber Leser, die Sache ein wenig zu erleichtern - gleich vorweg:



Mein ICH, mein EGO ist ein ganz kleiner Teil der grossen Schöpfung. In tiefer Dankbarkeit nehme ich die Kraft entgegen, die ich aus dem grossen, umfassenden und heilenden Geist schöpfe, und gebe sie weiter. Ich bin nur ein Werkzeug, und Seele und Körper sind meine Werkzeuge. Alle gleich wichtig; auf keines kann ich verzichten. So einfach ist das.

Körper, Geist, Seele, Intellekt, Gefühl, Sinne, Instinkt, Intuition

Eigenartig. Obwohl das Lexikon für jeden dieser Begriffe so eindeutige Definitionen bereithält, drehten sich die vielen Diskussionen mit meinen Nächsten doch immer hauptsächlich um die Frage: Was ist das überhaupt? Ich stellte fest, dass jeder seine ganz persönlichen Auffassungen und Assoziationen zu den einzelnen Begriffen hat. So auch ich. Zwar war man sich im Grossen und Ganzen einig, was das einzelne Wort bedeutet, aber über die ganz kleinen Nuancen konnten wir uns stundenlang die Köpfe heiss reden.

Deshalb will ich hier nicht einfach die Lexika zitieren oder einen meiner Familienangehörigen - oder Freunde, sondern das beschreiben, was ich unter Körper, Geist, Seele usw. verstehe.

Der Körper

Ich nehme mich über meinen Körper wahr. ICH ist das, was ich sehe, wenn ich in den Spiegel schaue. Der Körper ist meine Lebensmaschine und Träger von Intellekt. Ohne meinen Körper hätte ich keine Sinne und könnte nicht handeln.

Die Sinne

Sehen, hören, riechen, schmecken, tasten. Sie sind an unseren physischen Körper gebunden. Den viel zitierten sechsten Sinn nenne ich Intuition.

Der Intellekt

Meine Fähigkeit zu denken. Ich denke, also bin ich. Ebenfalls eine Wahrnehmung meines ICHs. Ohne Körper gibt es keinen Intellekt, keinen Verstand. Verstand, verstehen.

Der Instinkt

Mittels der Instinkte (Naturtriebe) hält sich mein Körper am Leben (essen, trinken, atmen usw.); mittels der Instinkte sichert sich die menschliche Rasse ihr Fortbestehen. Sind unsere Instinkte heute noch intakt?

Der Geist

Der Geist ist das Allumfassende, das Göttliche, das Ungreifbare und doch so nahe. Der Geist ist in mir (Seele) und ich bin Teil des Geistes. Die gesamte Schöpfung ist vom Geist beseelt.

Die Seele

Sie ist das verbindende Element zwischen meinem ICH und dem göttlichen Geist. Sie ist das, was bleibt, wenn mein ICH aufgehört hat zu existieren.

Die Intuition

Der Geist spricht über meine Seele zu mir. Die Intuition ist die Sprache meiner Seele.

Das Gefühl

Das Zusammenspiel von dem, was ich fühle, denke, über meine Sinne, meine Intuition, meine Instinkte wahrnehme. Das alles zusammen gibt mir in einem ganz bestimmten Moment ein ganz bestimmtes Gefühl.

Sari B., 8 Monate (ein Fallbeispiel)

Eines Tages komme ich mit seiner Mutter ins Gespräch; den kleinen Sari hält sie auf dem Arm. Sie erzählt mir, dass der Kleine von Geburt an unter extremen Atembeschwerden leidet. Trotz mehrmaliger Behandlung mit Antibiotika und Cortison konnte keine Besserung der Symptome erzielt werden. Die Ärzte speisten sie mit der Bemerkung „das ist halt seine Schwachstelle“ ab. Auch schlief der Kleine sehr unruhig und schlecht. Nun war sie auf der Suche nach einer sanften Alternativbehandlung.

Während sie mir all das berichtet, werde ich immer wieder von dem kleinen Sari abgelenkt. Als erstes kommt mir der Name „kleiner Buddha“ in den Sinn. Er hat eine sehr sensible Ausstrahlung, und ich kann seine „ausgefahrenen Antennen“, welche jede Gefühlsregung auffangen, förmlich sehen. Seine Augen drücken ein wahnsinniges Liebesbedürfnis aus. Ich nehme eine „Hinterher-

und-Davonlaufen-Dynamik" war, die mich spüren lässt, wie sehr sich der Kleine nach der Liebe und Aufmerksamkeit seiner Mutter sehnt, welche jedoch ihrerseits dieses Bedürfnis nicht befriedigen kann. Je mehr er fordert, desto mehr zieht sie sich zurück. Ich spüre eine Schutzwand, die die Mutter um sich errichtet hat.

Wenige Tage später sitzen wir bei einer Tasse Tee zusammen. Wieder kommt das Gespräch auf den kleinen Sari. Sie fragt mich, was ich über die Krankheit ihres Sohnes denke.

Um sicher zu gehen, dass meine ersten Eindrücke richtig waren, sage ich ihr, dass ich ein ausgeprägtes Liebesbedürfnis wahrgenommen habe, welches jedoch nicht befriedigt wird.

Nach diesem Satz bricht die Mutter in Tränen aus und erzählte mir völlig aufgelöst, dass dies ihr grösstes Problem sei. Auch sie spüre die Forderung ihres Sohnes, könne jedoch keine Nähe ertragen. Sie deutet dies als Schutzmechanis-

mus, den sie sich in früheren Jahren zugelegt hat, um sich vor ihrem damaligen Freund, der drogenabhängig war, abzugrenzen. Es folgt ein langes Gespräch, in dem all das von mir Wahrgenommene bestätigt wird. Schlussendlich äussert sie den Wunsch, ich möge doch den kleinen Sari begleiten.

Und so stelle ich folgende Begleitmittel zusammen:

Ein Massageöl, welchem ich ätherische Öle und getrocknete Blüten beifüge. Ich sage ihr, sie könne ja nur die Füsschen massieren. So komme der Kleine zu Streicheleinheiten und Aufmerksamkeit.

Auch bereite ich eine Mischung reiner ätherischer Öle zusammen, die sie in der Duftlampe verdunsten lassen solle. Dazu notierte ich mir jene Öle, die mir rein intuitiv eingegeben werden. Anschliessend vergewissere ich mich, in dem ich in meinen Büchern nachlese, dass die von mir zu-

sammengestellte Mischung auch für Kleinkinder geeignet ist. Auf die gleiche Weise stelle ich eine Teemischung zusammen.

Zuletzt empfehle ich der Mutter, die Luftfeuchtigkeit in den Wohnräumen zu erhöhen.

Etwa 2 Wochen später steht sie mit einem Blumenstrauß vor meiner Tür und berichtet mir von einer wundersamen Veränderung, die zwischen ihr und Sari vorgegangen ist - die Atembeschwerden des Kleinen haben sich merklich gebessert.

Das alles liegt jetzt etwa 10 Monate zurück. Der kleine Sari gedeiht prächtig und seine „vermeintliche Schwachstelle“ hat eine wunderbare Stärkung erfahren, begleitet von einem erholsamen Schlaf.

Die drei Ärzte

Einst lag der König todkrank darnieder, und man rief nach den berühmtesten Ärzten des Landes: Dr. Denk, Dr. Sinn und Dr. Seel.

Nicht viel später erschienen die drei Gelehrten vor des Königs Gemach, und weil jeder meinte, ihm gebühre die Ehre, den König zu heilen, stritten sie sich darum, wer als erster zu ihm gehen dürfte.

Da kam der Narr und sprach: „Meine Herren, warum streitet Ihr? Der König braucht Euch alle drei! So tretet denn gemeinsam ein.“

Die Ärzte taten wie ihnen geheissen, und bald darauf war der König gesund.

Die drei Ärzte und der kleine Sari

Dr. Sinn (mein Körper, meine Sinne, meine Instinkte)

Es war mein Körper mit seinen Sinnen, der es mir ermöglichte mit Saris Mutter zu sprechen, ihr zuzuhören, den Kleinen zu berühren, ihn in die Arme zu nehmen. Es war auch mein Körper (Hände), der letztendlich die Arbeit tat, indem er das ausführte, was der Verstand ihm hiess, nämlich Öle und Tees zu mischen.

Dr. Denk (mein Verstand, mein Intellekt)

Stundenlang hätte die Mutter auf mich einreden können, ohne dass ich irgend etwas verstanden hätte, wäre da nicht mein Intellekt, der es mir möglich macht zu begreifen und das, was ich begriffen, überlegt, gefühlt oder sonstwie empfangen habe, in Worte und Taten zu verwandeln. War es nicht auch mein Verstand, der mich be-

fähigte zu lernen und das Gelernte wieder abzurufen und anzuwenden? Mein Intellekt riet mir auch, meine Ölmischungen zu überprüfen, also nachzulesen, ob sie für Babys geeignet seien.

Die Schulmedizin

Wie war das doch gleich mit Saris Ärzten? Wie war ihre Erklärung für Saris Leiden? „Das ist halt seine Schwachstelle“, haben sie gesagt. Bestimmt haben sich diese Ärzte auch bemüht herauszufinden, was ihm fehlt, haben ihn untersucht (der Körper) und nachgedacht (der Verstand). Aber sie sind der Ursache nicht auf den Grund gekommen und haben deshalb die einzige für sie logische (der Verstand!) Erklärung geliefert: „Das ist halt seine Schwachstelle“.

Liegt nicht genau dort eine der grossen Schwächen der Schulmedizin, dass sie ihren Kollegen Seel nicht zur Beratung beizieht?

Dr. Seel (meine Seele, meine Intuition)

Vielleicht wäre es mir gleich ergangen wie den Schulmedizinern, hätte ich nicht gelernt, durch meine Intuition die Seele sprechen zu lassen. Die Seele des kleinen Sari war es letztendlich, die meiner Seele sagte, der Kleine braucht nur Liebe, nichts als Liebe, um gesund zu werden. Die Mutter hätte es mir spontan nicht gesagt, denn sie schämte sich dafür; vielleicht war es ihr auch gar nicht bewusst, weil sie es verdrängte. Ich hätte den Kleinen abtasten und untersuchen können, ich hätte Lehrbücher studieren können und mir das Hirn zermartern - nirgends hätte ich einen Hinweis auf fehlende Liebe gefunden. Die Seelenbotschaft, die ich erhielt, war also der Schlüssel zu Saris Heilung.

Da war es nun, das Gefühl, diese Mischung aus körperlichen, intellektuellen und seelischen Botschaften, die ich über den kleinen Sari erhalten hatte. Und mit diesem Gefühl in meinem Herzen machte ich mich daran, seine Medizin zusammen-

zustellen. Meine Seele war jetzt verbunden mit seiner Seele und irgendwo waren da noch andere Seelen, die sich perfekt mit den unseren Seelen ergänzten. Ich spreche von den Seelen der Pflanzen, deren Öle und Blätter ich (aus meinem Gefühl heraus) für Sari zusammenstellte. Ich wusste nicht, warum ich genau diese wählte - aber ich hatte das tiefe Vertrauen, dass sie die richtigen waren.

Warum ich dann doch noch in die Lehrbücher schaute, um mich zu versichern, dass meine Öl- und Blütenmischungen für Babys geeignet seien? Nun, ich stehe am Anfang meiner Ausbildung, und es wäre anmaßend anzunehmen, ich wäre unfehlbar. Ich muss überprüfen und mich bestätigen, damit ich mich je länger je mehr auf meine Intuition, auf die Sprache meiner Seele, auf meine Seele, das Tor zum grossen heilenden Geist verlassen kann. Zu lange hat der intellektuell geprägte Mensch seine intuitiven Fähigkeiten ignoriert, als dass er sich ihrer nun so mir nichts dir nichts einfach wieder bedienen kann.

Der heilende Geist

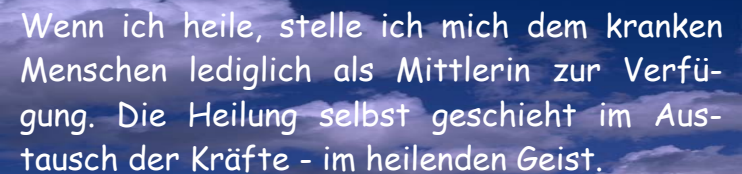
Wie ich ganz am Anfang beschrieben habe, ist der Geist das Allumfassende, das Göttliche, das Ungreifbare und doch so nahe. Der Geist ist in mir (Seele) und ich bin Teil des Geistes. Die gesamte Schöpfung - Menschen, Tiere, Pflanzen, die Elemente - ist vom Geist beseelt. Das Wissen aller Zeiten, der Vergangenheit, der Gegenwart und der Zukunft vereint sich im grossen Geist. Jedes einzelne Wesen schöpft seine Kraft aus dem grossen Geist; vom grossen Geist kommt alles, im grossen Geist fliesst alles zusammen.

Wie klein und beschränkt ist doch mein Körper und mein Intellekt im Vergleich zum grossen, allmächtigen Geist. Wie wenig sehen meine Augen, wie wenig hören meine Ohren, wie wenig kann ich mit meinen Händen ertasten...

Und mein Intellekt erst, diese in unserer Zeit so hochgepriesene Fähigkeit, die (scheinbar) alles

möglich macht: Eine wissenschaftlich perfekt abgehandelte Monografie beschreibt nicht einmal einen winzigen Bruchteil des unsichtbaren Wesens einer Pflanze. Das intellektuelle Wissen beschränkt sich auf ein paar Hundert oder Tausend gelesener Bücher; das universelle Wissen, der grosse Geist hingegen, zu dem wir über unsere Seele Zugang haben, beinhaltet das gesamte Wissen, das die Zeit seit ihrem Anbeginn für uns bereithält.

Echte Heilung kann ein Mensch nur erfahren, wenn er sich über seine Seele dem grossen, heilenden Geist öffnet. Im heilenden Geist findet er die Kraft jener Wesen, die ihn in das Gleichgewicht zurückbringen, das er für seine Gesundheit braucht.



Wenn ich heile, stelle ich mich dem kranken Menschen lediglich als Mittlerin zur Verfügung. Die Heilung selbst geschieht im Austausch der Kräfte - im heilenden Geist.

Der heilende Geist in der Duft- und Pflanzenheilkunde

Zu diesem Thema möchte ich einen Text aus ‚Esoterica‘ zitieren, da er mir, wie man sagt, „aus der Seele spricht“:

Pflanzengeistmedizin

Die konventionelle Wirkstoffhypothese lässt Eliot Cowan bei seiner „Pflanzengeistmedizin“ ganz beiseite. Pflanzen sind machtvolle Götter, die ihr Dasein träumen - eine Idee, die er sich von den australischen Ureinwohnern borgt. Cowan, der sich mit schamanischen Techniken, mit Trommel und Rassel, in einen tranceartigen Zustand versetzt, kommuniziert mit den Pflanzenwesenheiten. Er bittet sie, den Patienten in ihre Träume mit einzubeziehen und ihn gesunden zu lassen. Der Pflanzengeistheiler stellt weder Diagnosen,

noch verabreicht er dem Patienten irgendwelche pflanzlichen Präparate. Er begibt sich lediglich in die transphysische Dimension und bringt die Bitte an seine pflanzlichen Verbündeten vor. Die Pflanzengötter sind unaufdringlich und bescheiden, erklärt er, sie helfen nur, wenn sie darum gebeten werden. Dieses Bitten ist die Aufgabe des Schamanen, denn nur er kennt - aus seiner Tradition, seiner Einweihung, seinen Meditationen - die richtigen Worte, Lieder und Rituale. Die Pflanzengötter selber sind es, die dem Schamanen ursprünglich die Power-Songs und Rituale als Eingebung geschenkt haben.

Elemente der Pflanzengeistmedizin finden wir bei fast allen schamanischen Völkern. Wenn jemand im Dorf der Cherokee erkrankt, fastet der Pflanzenschamane, geht für vier Tage in den Wald und sucht Heilpflanzen. Er pflückt sie nicht, sondern setzt sich neben sie und bittet um ihre Hilfe. Am Morgen des fünften Tages kehrt er ins Dorf zurück und findet den Patienten gesund vor. Ähnliches aus Tibet: Auf dem Weg,

noch ehe er den Patienten gesehen hat oder auch nur weiss, was ihm fehlt, pflückt der tibetische Arzt die Heilpflanzen, die ihm die Geister eingeben.

Anhänger der Pflanzegeistmedizin sind überzeugt, dass eine Heilpflanze, die man gut kennt, schon heilen kann, wenn man immer an sie denkt oder stark visualisiert. Oft wird ein Amulett der Pflanze getragen, um die Vorstellungskraft zu unterstützen.

Weit, so weit, bin ich davon entfernt, eine Schamanin zu sein. Vielleicht reicht mein ganzes Leben nicht aus, um dieses Ziel zu erreichen: Eins zu sein mit dem grossen heilenden Geist, meine Seele zu verbinden mit den Seelen meiner Patienten und jener der Pflanzen, die ich um ihre Hilfe anrufe.

Aber jeden Tag kann ich diesem Ziel näherkommen. Dafür brauche ich jedoch die Hilfe aller Fähigkeiten, mit denen mich die Schöpfung ausgestattet hat:

Für meinen Körper danke ich der Schöpfung, denn er lässt mich fühlen, spüren, handeln.

Für meinen Verstand danke ich der Schöpfung, denn er lässt mich lernen und verstehen und das Gelernte und Verstandene anderen weitergeben (was mir die Schöpfung schenkt, gehört nicht nur mir).

Und für meine Seele danke ich der Schöpfung, denn sie ist das Tor zum grossen heilenden Geist. Aus ihm bin ich gekommen, zu ihm gehe ich zurück. Mein sich durch Körper und Verstand bewusst wahrnehmendes ICH ist nur für eine kurze Zeit auf dieser Welt - meine Seele ist Teil des grossen, heilenden Geistes und Bindeglied zwischen ihm und meinem ICH.

Und in der Praxis?

Bei meiner täglichen Arbeit wird es immer wieder um die Frage gehen, wie ich auf einen Patienten oder sein Leiden zugehe.

So werde ich bei rein physischen und mit meinen Augen sichtbaren Leiden wie Altersgebrechen, Unfallschäden, Verletzungen, Missbildungen usw., was die Diagnose betrifft, den Einstieg eher über meine körperlichen Fähigkeiten suchen (sehen, tasten, Fragen stellen) und über meinen Verstand (Was weiss ich darüber? Was habe ich gelernt? Wo kann ich was nachlesen?).

Bei allen anderen Leiden (psychisch, seelisch) werde ich eine Diagnose eher über meine Intuition suchen - wie sonst könnte ich etwas Unsichtbares, Untastbares oder Unaussprechliches erfassen? Nur wenn ich in den heilenden Geist eintauche und dort die Seele meines Patienten fin-

de, kann ich erfahren was ihm fehlt und was ihm hilft.

Bei der Therapie werde ich Seele (was hilft dem Patienten?), Körper (Herstellen von Tees, Tinkturen, Ölen, Bädern, Massagen) und Intellekt (nachlesen, überprüfen, hinterfragen) gleichermaßen einsetzen.

Denn heute, nachdem ich mich im Rahmen dieser Arbeit intensiv mit allen drei „Doktoren“ auseinandergesetzt habe, weiss ich, dass keiner von ihnen entbehrlich oder weniger wichtig ist als der andere.

Euch allen...

...von der ADOVA-Schule danke ich für alles, was Ihr mich gelehrt habt; ich werde dieses Wissen immer in Ehren halten. Ich danke Euch für Eure Geduld mit mir und alle schönen Stunden und Minuten, die wir gemeinsam erlebt haben.

Ich hoffe, dass es mir vergönnt sein wird, das Wissen, das ich von Euch erhalten habe, in stetiger Arbeit zu vergrößern und zu vertiefen, um es eines Tages an meine Schülerinnen und Schüler weiterzugeben.

Das nebenstehende Gedicht - jemand, der in meinem Leben sehr wichtig ist, hat's geschrieben - möchte ich Euch zum (vorläufigen) Abschied schenken und bete, dass sich alle Eure Wünsche erfüllen mögen.

Biel, im September 1998

Bettina Breitenmoser

