

Vorwort

*Ich höre – und ich vergesse
Ich sehe – und ich merke es mir
Ich tue – und ich verstehe
Chinesisches Sprichwort (Kambiz Poostchi [37])*

Nicht nur die medizinischen Ausbildungen mit ihren Curricula haben mir geholfen, ein Therapeut zu werden. Eigene Erlebnisse und Gespräche, neue Gedanken und Bücher, Übungen aus Tanz, Meditation oder Theater haben wesentlich dazu beigetragen. Möchte ich das, was mich vorangebracht hat, in einem Schlagwort zusammenfassen, so lautet es „persönliche Entwicklung“. Mit diesem Buch möchte ich die Leser anregen, die eigene persönliche Entwicklung weiterzuführen und der Kraft, die in einer solchen Entwicklung steckt, zu vertrauen.

Viele Bücher sprechen den Intellekt an und verändern dadurch unser Denken und unsere Weltsicht. Das vorliegende Buch geht einen anderen Weg, es bietet Übungen. Diese Übungen anzuwenden und mit ihnen zu spielen, bedeutet, eigene Erfahrungen zu machen. Erfahrungen führen zur Entwicklung in unserem Persönlichkeitssystem. Das Wiederholen der Übungen hilft, eine solche Entwicklung in Gang zu bringen und in Schwung zu halten.

In meine Praxis für Osteopathie kommen jeden Tag Patienten mit dem Wunsch nach Heilung. Vielen Patienten bringe ich Linderung, manchmal geschieht Heilung. Der Weg zur Heilung ist ein Weg mehrerer Schritte, die der Patient zusammen mit mir geht. Einige davon sind in der Literatur ausführlich beschrieben: Anamnese, Inspektion, Diagnose- und Therapietechniken. Es gibt weitere Schritte, die zur Heilung beitragen, jedoch in den Lehrbüchern nur wenig Beachtung finden: die Palpations- und die Wahrnehmungsfähigkeit des Therapeuten, die Placebowirkung, die der Therapeut bei dem Patienten auslöst, und die Auswirkung von psychoneuroimmunologischen Prozessen des Patienten.

Ich spreche hier von Heilung, aber was ist eigentlich Heilung? Wer definiert sie? Was initiiert die Heilung in unseren Patienten und wie kann ich den Heilungsprozess in meinen Patienten unterstützen? Diese Fragen und einige der vorher erwähnten, in der Literatur nur rudimentär beschriebenen Schritte auf dem Weg zur Heilung sollen in diesem Buch Beachtung finden. Einen großen Raum nehmen dabei die Übungen zur Palpations- und Wahrnehmungsschulung ein. Brauchen wir Übungen zur Palpationsschulung? Entwickelt sich die Palpation nicht automatisch mit der Routine? Richtig, das tut sie. Wenn ein Therapeut zehn Jahre mit manuellen Techniken arbeitet, dann benötigt er die beschriebenen Übungen nicht; er hat eine gute Palpation entwickelt. Beginnt er jedoch die manuelle therapeutische Arbeit, dann können ihm die be-

schriebenen Übungen zu einer deutlich besseren Palpation verhelfen. Mit der Palpationsschulung wird sich der erste Teil des Buchs beschäftigen.

Das Resultat jeder diagnostischen Methode beruht auf der Wahrnehmung des Therapeuten. Bei der ersten Begrüßung beginne ich, die Persönlichkeit des Patienten wahrzunehmen. In einer anschließenden manuellen Diagnostik nehme ich die Einschränkungen in den Geweben des Patienten wahr. Wie kommt eine solche Wahrnehmung zustande? Wie zeigt sich das Ergebnis einer Palpation der Bewegung des Radiuskopfes aus der Neutralstellung? Sehen wir das Ergebnis vor unseren Augen, ähnlich wie auf einer Monitoranzeige: erste Spannung bei Flexion 30°, Extension 12°? Wäre das der Fall, so würden die Ergebnisse verschiedener Therapeuten sehr übereinstimmend sein. Die Realität ist eine andere.

Das Ergebnis eines Therapeuten könnte lauten: „Das Gelenk geht deutlich besser in die Flexion und bei der Extension tritt sofort eine Spannung auf.“

Das Ergebnis eines zweiten, erfahreneren Therapeuten könnte lauten: „Das Gelenk geht deutlich besser in die Flexion und bei der Extension tritt sofort eine Spannung auf. Der Zug, der die Extension bremst, kommt von kranial. Zusätzlich ist noch die Translation nach anterior eingeschränkt und das Gewebe um das Gelenk herum fühlt sich an, als ob die Einschränkung schon sehr alt ist.“

Beide Therapeuten sind in der Lage, die Extensionseinschränkung festzustellen. Dabei nimmt der zweite Therapeut deutlich mehr wahr als der erste. Das Beispiel zeigt, dass sich die Wahrnehmungsfähigkeit eines Therapeuten mit seiner Erfahrung entwickelt.

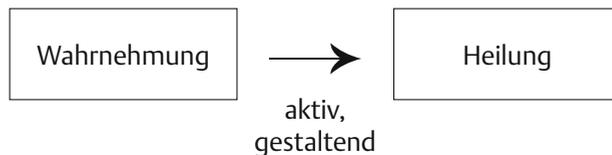
Wenn es eine Entwicklung ist, dann ist es möglich, diese zu unterstützen und unseren Wahrnehmungssinn zu schulen. Die Übungen im zweiten Teil des Buchs zielen darauf ab, unser Wahrnehmungsvermögen sowohl für die Persönlichkeit des Patienten wie auch für einzelne anatomische Strukturen zu erweitern.

Der dritte Teil des Buchs spricht das Thema „Heilung“ an. Freunde und Kollegen zweifelten, ob es gut ist, darüber zu schreiben. Sie meinten: „Das Thema ist zu heikel. Damit kannst du nur auf dem Glatteis landen. Damit wirst du unwissenschaftlich.“ Sie haben recht. Ich begeben mich damit auf Glatteis und ich werde unwissenschaftlich, denn die wissenschaftliche Literatur bietet keine Antworten auf die Fragen: „Was ist Heilung?“ und „Was initiiert die Heilung bei unseren Patienten?“

Dennoch setzen wir uns als Therapeuten täglich mit „Heilung“ auseinander. Täglich kommen Patienten zu uns und wollen „Heilung“. Wir bemühen uns dann, einen Heilungsprozess in Gang zu setzen, ohne genau zu wissen, welche Schritte bei einem Patienten Heilung hervorrufen.

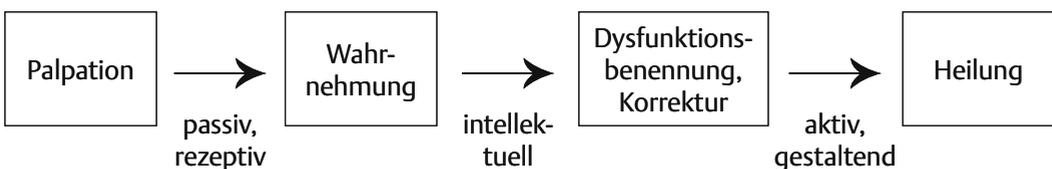
Ich halte es für eine Mär, dass ausschließlich meine manualtherapeutische Intervention für einen Heilungsprozess verantwortlich ist. Andere Prinzipien sind daran beteiligt. Auch die Qualität der Palpation, bei der sich der Patient wohl und sicher fühlt, ist ein Baustein im Heilungsgeschehen.

Wie wir unseren Patienten wahrnehmen, ist ein weiterer Baustein für die Heilung. Sehen wir ihn als eine Ansammlung von Laborparametern oder nehmen wir ihn als Menschen wahr, mit seiner Vergangenheit und seinen Vorstellungen für die Zukunft? Sehen wir ihn als Menschen mit all seinen schwierigen und schönen Facetten? Gelingt es uns, die Persönlichkeit des Patienten vorbehaltlos wahrzunehmen, so wird er sich bei uns wohl fühlen. Dieses „Sichwohlfühlen“ löst im Patienten psychoneuroimmunologische Prozesse aus, die jede weitere therapeutische Intervention unterstützen. So nimmt die Wahrnehmung einen aktiven, gestaltenden Einfluss auf die Heilung.



Die im Titel gewählte Reihenfolge „Palpation – Wahrnehmung – Heilung“ ist nicht zufällig. Die Wahrnehmung steht als verbindendes Glied zwischen der Palpation und der Heilung.

Die passiv-rezeptiv aufgenommenen Informationen der Palpation werden von unserem Gehirn zu einer Wahrnehmung umgewandelt. Die intellektuellen Schlüsse, die wir daraus ziehen, münden in die Benennung einer zu behandelnden Dysfunktion. Die sich anschließende Korrektur wirkt aktiv-gestaltend auf den Heilungsprozess. Hier ist die Wahrnehmung einer der Bausteine, die zu einer Heilung führen.



Betrachten wir die obigen Grafiken, so zeigen sich verschiedene Möglichkeiten, um die Heilungserfolge bei unseren Patienten zu vergrößern: Wir können unsere Fähigkeiten in der Palpation oder unsere Fähigkeiten in der Wahrnehmung verbessern. Den größten Benefiz erhält unser Patient, wenn wir unsere Fähigkeiten auf beiden Ebenen steigern. Dazu bietet dieses Buch Anregungen.

Isny, im Dezember 2007

Rüdiger Krause