

Von Leuchttürmen, Häfen, Lotsen und anderen Seeleuten in der Gesundheitspraxis

Leuchttürme markieren die Richtungen, in die wir mit uns und unseren Kunden reisen wollen.

- die Leuchttürme guten Genießens.
- Die Leuchttürme der Selbstverwirklichung im Mit-Sein und im Älter-Werden
- die Leuchttürme der spirituellen Erfahrungen

Es gibt auch warnende Leuchttürme, die auf Untiefen und Sandbänken hinweisen:

- Warnlichter vor Sucht, die in bedrohliche Strudel zieht; aber auch Warnlichter vor Genussverboten und Askese, die kriegesischen Zielen dient und zur Verbitterung führt.
- Warnlichter vor den Häfen und Ländern der Fremdbestimmung, deren Ideale und Normen nicht dem eigenen Wesen entsprechen, wo das Selbst deformiert werden muss, um zu überleben.
- Warnlichter schließlich vor allen Dogmen, vor Glauben, der mit Regeln und Verboten gepredigt, aber nicht erlebt wird.

In den Häfen der Gesundheitspraxis landen Menschen, die körperliche Leiden haben durch sie im Genießen behindert sind; die in Lebenskrisen fest sitzen, die Angst haben, in Kreisläufen gefangen sind und doch Mut fühlen, neues zu wagen.



Wir, die Gesundheitspraktikerinnen und Gesundheitspraktiker gehören durchaus auch zu diesen Menschen. Uns sind körperliche Leiden, Lebens- und Glaubenskrisen in eigener Erfahrung sehr bewusst. Zugleich haben wir in unserem Leben und in unseren Ausbildungen zumindest die Seefahrt kennengelernt und manchmal auch neue Häfen und andere Länder. Wir verdingen uns als Lotsen und Lotsinnen, als SeegellehrerInnen, manchmal als Steuermänner oder Steuerfrauen auf Zeit. Es gibt natürlich einen Wettbewerb um Kunden. Wir bieten Besonderheiten an und versuchen uns dem Kundeninteresse anzupassen. Die schärfste unangenehme Konkurrenz gibt es gegenüber jenen, die als Kapitäne arbeiten, die Schiffe und Reisen zu Festpreisen anbieten. Manchmal mit Körper, Geist und Seele ‚all inclusive‘. Schiffe mit mächtigen Motoren, die klingende Namen haben. Keine unfaire Kritik: Aber es sei der Hinweis erlaubt, dass deren Reisen oft so etwas wie Butterfahrten sind. Einmal raus auf See, Schnäppchen machen und wieder zurück.

Wir begleiten Menschen, die den Mut haben, selber zu rudern oder zu seegeln. Die Boote, die wir begleiten, haben nur einen Hilfsmotor, das sind unsere Techniken. Sie lassen uns sicher reisen und manche Flaute überwinden, aber letztlich sind diese Techniken nur effektiv, wenn sie die Boote in die guten Fahrrinnen, die Strömungen und Winde lenken. Diese Strömungen und Winde sind

- unsere Fähigkeit, achtsames Bewußtsein zu lernen, Wertungen zurückzuhalten, durch Impulse zu lenken, in meditativer Haltung uns und der Umwelt zu lauschen. Wenn diese Fähigkeit stärker wird, dann vertreibt dieser ‚Wind‘ die starren Denk- und Gefühlsmuster, die uns immer wieder im Kreis treiben lassen.
- unsere Fähigkeit zur gewaltfreien, respektvollen Kommunikation mit anderen und vor allem mit uns selbst. Wenn diese Fähigkeit wächst, ist sie wie eine sichere Fahrinne, die uns an den Untiefen von Starrheit, Rechthaberei und gewaltvollem Machtkampf vorbei führt.
- unsere Fähigkeit des spirituellen Berührtseins durch das, was über und in uns ist und was alles miteinander verbindet und trägt. Unsere Fähigkeit zum Glauben ist, wenn man ihn findet, wie ein großer Passatwind, der uns sicher weit in freie Lande seegeln lassen kann.

Es gibt die kleinen Körper-Genussreisen. Sie sind wichtiges Training für jede weitere Fahrt. Es gibt Beziehungsreisen, Kreuzfahrten zu Inseln, Kreuzfahrten in Vergangenheit und Zukunft. Fahrten zu den Schatzinseln der Fähigkeiten und Kreativität. Reisen gegen den Wind und Reisen, die aus Untiefen und Strudeln herausführen – das wird oft Therapie genannt.

Es gibt Reisen in jenseitige Lande, von denen in den Heimathäfen Museen und Kirchen berichten.

Wir Gesundheitspraktiker wissen natürlich, dass jede Reise eine Reise ohne Wiederkehr ist und dass sie zugleich doch immer wieder in den gleichen Körper-Hafen zurück führt. Wir wandeln uns mit jeder Erfahrung und doch bleiben wir die, die wir sind zu werden.