

Ruediger Dahlke

Krankheit als
Sprache der Seele

Die Lehre der Krankheitsbilder-Deutung

C.Bertelsmann

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44 b UrhG ausdrücklich vor.
Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

14., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage
©1992/2024 by C. Bertelsmann Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München
Umschlaggestaltung: Büro Jorge Schmidt, München
Satz: Buch-Werkstatt GmbH, Bad Aibling
Druck und Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck
Printed in Germany
ISBN 978-3-570-10550-4
www.cbertelsmann.de

Inhalt

Vorwort zur Neubearbeitung 2024	11
---	----

TEIL I

I. Einführung in die Philosophie	
der Krankheitsbilder-Be-Deutung	19
1. Die Chance der Deutung und die Falle der Wertung	19
2. Eigenblindheit und Projektion	23
3. (Auf)Wertung der Symptome	25
4. Symptomverschiebung in zwei Richtungen	27
5. Form und Inhalt	32
6. Homöopathie	36
7. Das Ursachen-Spiel und seine Geschichte	40
8. Analogie und Symbolik	44
9. Formgebende Felder	47
II. Krankheit und Ritual	51
1. Rituale in modernen Gesellschaften	51
2. Rituale der modernen Medizin	53
3. Der Placebo-Effekt	63
4. Rituale der alten Medizin	64
5. Krankheit und Muster	66
6. Senkrechtes Denken und Urprinzipien	69
7. Krankheit als Ritual	75
III. Praktische Hinweise zur Krankheitsbilder-Bearbeitung	79
1. Unser Wortschatz	79
2. Mythos und Märchen	81
3. Erkenntnisweg über den Gegenpol	82

IV. Zusammenfassung	85
1. Ausgangspunkte	85
2. Richtlinien und Grundsatzfragen	86
3. Krankheit als Chance	87

TEIL II

I. Kopf-Fuß-Schema	91
II. Der Kopf als Region	101
1. Die Haare	101
2. Das Gesicht	120
III. Das Nervensystem	205
1. Von der Nervosität bis zum Nervenzusammenbruch	207
2. Gehirnerschütterung	211
3. Gehirnprellung	212
4. Gehirnhautentzündung oder Meningitis und Enzephalitis	214
5. Neurologische Krankheitsbilder	222
IV. Der Hals	277
1. Der Kehlkopf	282
2. Die Schilddrüse	289
V. Die Wirbelsäule	309
1. Bandscheibenprobleme	319
2. Verschiebung des ersten Halswirbels	326
3. Haltungsprobleme	328
4. Der Buckel	334
5. Skoliose	336
6. Die Querschnittslähmung	338
VI. Die Schultern	345
VII. Die Arme	357
1. Armprobleme	359
2. Das Ellbogengelenk	365

VIII. Die Hände	369
1. Dupuytren'sche Kontraktur oder die krumme Hand.	372
2. Die Fingernägel.	375
IX. Die Brust	381
1. Der ausladende Brustkorb.	382
2. Der eingeengte Brustkorb.	383
3. »Krankheitsbilder« der Brust.	385
4. Die weibliche Brust	390
X. Der Bauch	407
1. Herpes zoster, die Gürtelrose	410
2. Brüche oder Hernien	414
XI. Das Becken	421
1. Herpes genitalis.	423
2. Die Prostata und ihre Probleme	431
3. Das Hüftgelenk.	435
XII. Die Beine	439
1. Das Kniegelenk – Meniskusverletzungen	441
2. Die Waden und ihre Krämpfe	443
3. Achillessehnenriss	446
XIII. Die Füße	451
1. Das Sprunggelenk	454
2. Hühneraugen	456
3. Fuß- beziehungsweise Nagelpilz	457
4. Warzen der Fußsohle	461
XIV. Altersprobleme.	465
1. Altern in unserer Zeit	465
2. Der moderne Krieg gegen das Muster des Lebens	468
3. Wechseljahre und Osteoporose.	475
4. Die Midlife-Crisis	479
5. Oberschenkelhalsbruch	481

6. Damenbart und Männerbusen oder die Integration des Gegenpols	484
7. Von der Altersweitsichtigkeit bis zur Verrunzelung	487
8. Die Farbe Grau	491
9. Die Alzheimer'sche Krankheit	497
Fazit	510
Anmerkungen	519
Veröffentlichungen von Ruediger Dahlke	526
Register	531

Vorwort zur Neubearbeitung 2024

Mehr als 40 Jahre nach dem Erscheinen von *Krankheit als Weg* und über 30 Jahre nach der Erstveröffentlichung von *Krankheit als Sprache der Seele* ist es mir eine große Freude, dieses für mich und so viele so wichtige Buch neuerlich zu schreiben. Denn darauf liefen die vielen Ergänzungen wie auch die gründliche Überarbeitung nach so langer Zeit hinaus. Das war sinnvoll und überfällig und zugleich spannend für mich zu erkennen, was inzwischen passiert ist, wie viel weitergegangen ist in diesen Jahrzehnten und wie wir in der Psychosomatik auch weitergekommen sind.

Aber die Gesundheits-Situation hat sich in diesen drei Jahrzehnten nicht verbessert, sondern im Gegenteil: Viele Krankheitsbilder sind hinzugekommen – wirkliche und auch einige erfundene –, und schon vorhandene treten immer früher im Leben auf wie etwa Parkinson oder erst recht Typ-2-Diabetes. Der hieß in meinem Studium noch Altersdiabetes und trifft heute bei uns schon Jugendliche und in den USA sogar Kinder. Aber am krasssten ist die Veränderung im geistig-seelischen Bereich, wo Jugendliche bereits psychiatrische Krankheitsbilder erleiden und vor allem den Lebenssinn immer mehr aus den Augen verlieren. Während aber der Sinn verloren geht, nimmt die Angst – da offensiv geschürt – etwa während der Pandemie-Jahre noch dramatisch zu. Insgesamt ist die Lebensstimmung – in einem Land wie Deutschland – in meinen gut 40 Arztjahren merkbar gesunken.

Umso wichtiger erscheint es mir, die Psychosomatik von *Krankheit als Sprache der Seele* noch weiter zu verbreiten und aufzuzeigen, worauf sie (be)ruht und wie wundervoll sie als Grundlage einer Ganzheitsmedizin dienen kann. So nutze ich dankbar die Gelegenheit, ihre Hintergründe und Philosophie zu vermitteln und auch, wie sie am

besten zu erlernen ist. Insofern hat diese Überarbeitung den Schwerpunkt in Richtung Lehrbuch der Krankheitsbilder-Deutung verschoben. Das Buch ist noch dicker geworden, aber ich habe auch Raum durch Weglassen von Krankheitsbildern geschaffen, über die ich inzwischen ausführliche Monografien geschrieben habe, die heute fast alle als Taschenbücher vorliegen.

Dieser Ansatz der Krankheits-Deutung hat sich tatsächlich inzwischen weitgehend durchgesetzt – zuerst und am nachhaltigsten in der Bevölkerung. Dafür möchte ich mich an dieser Stelle ganz herzlich bedanken. Es war diese überwältigend große Zahl vor allem weiblicher Leserinnen, die diese Erfolgsgeschichte ermöglichte. Nach diesem fulminanten Start wandten sich ihm zuerst auch HeilpraktikerInnen zu und schließlich sogar zunehmend ärztliche KollegInnen.

Mittlerweile ist seit der ersten, von mir noch in dicke Anführungszeichen gesetzten Ausgabe von *Krankheit als Weg* viel Zeit und mein Arztleben weitgehend vergangen. Diese (Anführungs)Zeichen als Ausdruck meines Wunsches nach Diskussion mit KollegInnen sind längst aus den vielen Folge-Ausgaben verschwunden. Millionen Bücher haben sich mittlerweile in 28 Sprachen und so viel mehr Ländern ausgebreitet und für viel Bestätigung gesorgt. Die Krankheitsbilder-Deutung hat mittlerweile selbst in schulmedizinische Praxen Eingang gefunden – in ergänzendem Sinn, wie es der Komplementär-Medizin entspricht.

Einer der großen Vorteile dieser hohe Ansprüche an Entwicklungs- und Wachstums-Bereitschaft stellenden Psychosomatik ist ihre Konkurrenzlosigkeit zu anderen Ansätzen. Auch wenn ich persönlich immer der traditionellen Naturheilkunde der verschiedenen Kulturen zuneigte, ist die Krankheitsbilder-Deutung auch mit allen schulmedizinischen Fachrichtungen bestens vereinbar. Besonders reparative Fächer werden unter ihrer Einbindung erfolgreicher. Insofern ist sie die ideale Basis wirklicher Ganzheitsmedizin, in der alle Bereiche nach bewusster Hierarchisierung ihren Platz finden.

TEIL I

I. Einführung in die Philosophie der Krankheitsbilder-Be-Deutung

1. Die Chance der Deutung und die Falle der Wertung

Der Titel *Krankheit als Weg* hat zu einigen Missverständnissen geführt. Dabei war er durchaus wörtlich und ohne Wertung gemeint. Krankheit ist ein gangbarer Weg, kein an sich guter oder schlechter. Es hängt ganz ausschließlich von den Betroffenen ab, was sie daraus machen. Mit einer Reihe von PatientInnen durfte ich miterleben, wie sie diesen Weg bewusst gingen und rückwirkend feststellten, wie »ihr Übergewicht«, »ihr Herzinfarkt« oder gar »ihr Krebs« zur großen Chance wurde. Bei der heiligen Teresa von Ávila muss man heute annehmen, gerade ihr Herzinfarkt brachte sie auf ihren späteren wundervollen Weg. Von Hildegard von Bingen wissen wir, wie eng ihre Visionen mit ihrer Migräne zusammenhingen. Diese beiden herausragenden Frauen haben ganz offenbar die Botschaften ihrer Krankheitsbilder angenommen und beispielhaft in ihrem Leben umgesetzt. Genau das war der Anspruch von *Krankheit als Weg* und ist der von *Krankheit als Sprache der Seele*: die Sprache des Körpers bezüglich der darin ausgedrückten Seelenthemen verstehen zu lernen und an den eigenen Symptomen zu wachsen, indem wir die darin verborgenen Botschaften und die wiederum in ihnen ausgedrückte Lebensaufgabe zu erkennen und anzunehmen.

Dieses Konzept und die dahinterliegende Philosophie für Wertungen zu missbrauchen, ist das große Missverständnis dieses Ansatzes. Die spirituelle Philosophie hat gerade nichts mit Schuldverteilung zu tun, geht sie doch, wie im ersten Band ausführlich dargestellt, davon aus, dass jeder Mensch grundsätzlich schuldig, weil von der Einheit abgesondert ist. Schuldig werden ist demnach keine Frage von

kleinen oder großen Fehlern oder Sünden im täglichen Leben, sondern eine grundsätzliche. Die menschliche Urschuld liegt im Verlassen der (paradiesischen) Einheit, von katholischer Seite als Erbsünde bezeichnet. Diese Welt ist als Schule zu sehen, in der wir durch Fehler Fehlendes lernen, um schließlich reifer und heiler zu werden und schlussendlich sogar Vollkommenheit zu erlangen. Das Leben in dieser Welt der Gegensätze ist deshalb notwendigerweise voller Fehler. Sie dienen dazu, den Weg zurück zur Einheit zu finden. Jeder Fehler und jedes Krankheitsbild verdeutlichen zur Vollkommenheit fehlende Elemente und werden damit zu Entwicklungschancen. Wir dürfen ihnen folglich dankbar sein. Und Dankbarkeit ist an sich wieder eine himmlische Gelegenheit zum Heil(ig)-Werden.

Krankheitsdeutungen zur Bewertung anderer Menschen zu missbrauchen, ist in mehrfacher Hinsicht ein Missverständnis. Zur Schuldverteilung besteht zum einen keinerlei Anlass. Die Urschuld im Sinne der Absonderung von der Einheit ist mit der Geburt in diese Welt der Gegensätze schon verteilt. Dazu bedarf es keiner menschlichen Mitarbeit. Eher könnte man Betroffenen zu ihrem Krankheitsbild wegen der darin enthaltenen Entwicklungs- und Lernmöglichkeiten gratulieren und helfen, diesen Sichtwechsel mit zu vollziehen. Das klingt für Menschen der Moderne sehr hart, zeigt aber auch unsere Entwicklungsfeindlichkeit. Letztlich ist schon das eigene Geschlecht Ausdruck der Absonderung von der Einheit, und diese verstärkt sich noch – mindestens bis zur Lebensmitte. **Das** Kind ist in der Fruchtwasserwelt im Mutterleib schwebend der Einheit noch nahe, sein Körper ist anfangs noch transparent, seine Wahrnehmung noch transzendent. Das Fruchtwasser hat die gleiche Temperatur wie sein Leib, und insofern kann es keinen Unterschied zwischen innen und außen feststellen, seine Wahrnehmung ist noch grenzenlos und sein Erleben noch eins (mit der Mutter). Das ist die Zeit, wo Urvertrauen, die Basis allen späteren Selbstvertrauens, entsteht. Mit der Pubertät wandelt sich das Kind in **die** Frau, oder **der** Mann wird daraus. Diese Entwicklung oder Individuation geht weiter bis zur Lebensmitte, ab

der dann die Um- und Einkehr ansteht. C. G. Jung spricht davon, **die** Frau müsse nun den Animus, ihren männlichen Seelenanteil, entwickeln, **der** Mann seinen weiblichen, die Anima. In der Bibel heißt es, so ihr nicht umkehret und wieder werdet wie die Kinder, das Himmelreich Gottes (die Einheit) könnt ihr nicht erlangen. Das Leben ist demnach auch als Reise zu sehen, von hier nach hier, sagen Hindus, aus der Mitte (des Mandalas) zurück in seine Mitte. Das meint das Gleichnis vom Verlorenen Sohn. Auch wenn er scheitert und sein Erbe durchbringt, gibt es nur für ihn ein Fest. Der Nesthocker bekommt keines, denn er hat das Leben nicht gewagt. So ist also schon die Entscheidung für ein Geschlecht ein Schritt aus der Einheit in die Absonderung. Im biblischen Urtext heißt sündigen auf Griechisch hamartanein, sich absondern, den (Mittel)Punkt (im Lebens-Mandala) verlassen, d. h. sich in die Polarität hinauswagen.

Wann immer Entwicklungs-Schritte und -Aufgaben im Bewusstsein verweigert werden und als Symptome in den Körper sinken, geht es weiter hinaus in die Absonderung. Sogenannte »Primitive« sind uns diesbezüglich voraus, schätzen sie doch Krankheitssymptome als Eingriffe des Schicksals ins Leben und nehmen sie bereitwillig als Bewährungsproben an. In vielen Völkern sehnt der angehende Schamane seine Einweihungskrankheit herbei, da allein sie vermag, ihn in neue Erfahrungsbereiche einzuführen. Dieser Gedanke wird manchmal sehr konsequent verfolgt, und HeilerInnen dürfen nur diejenigen Krankheitsbilder behandeln, die sie selbst schon an Leib und Seele durchlebt haben. Verstehen sich HeilerInnen als Seelenführer durch die inneren Welten, ist diese Haltung eher nachvollziehbar, sollte doch ein Reiseführer das Land, durch das er führt, vorher kennengelernt haben.

Bei uns ist dieser Gedanke noch in Spuren erhalten. So lässt das Wort Schicksal das »geschickte Heil« (von lat. salus = das Heil) noch erkennen. Arzneimittelprüfungen in der Homöopathie-Ausbildung gehen ebenfalls in diese Richtung. TherapeutInnen begeben sich hier freiwillig in den Erfahrungsraum der Krankheit, um das

Muster seines Heilmittels kennenzulernen. Von PsychotherapeutInnen schließlich erwarten wir zu Recht, ihre eigenen und die kollektiven Seelenlandschaften ausgiebig bereist zu haben und zu wissen, wo ihre PatientInnen gerade stehen und wohin sie zu begleiten sind.

Die grundsätzliche und uns alle verbindende Tatsache des Krankseins Menschen anlässlich ihrer schweren Lernzeit und -aufgaben mit entsprechenden Wachstumschancen vorzuwerfen, ergibt überhaupt keinen Sinn. Es zeigt nur, wie wenig das Konzept von *Krankheit als Weg* und *Krankheit als Sprache der Seele* verstanden wurde, und entlarvt eine kranke Lust, andere zu drangsaliieren.

Wer seinen Zeigefinger als Waffe missbraucht und andere »deutend« ihrer Krankheitsbilder bezichtigt oder sich diesbezüglich selbst beschuldigt, verrät also nur, wie sehr er den Ansatz der Krankheitsbilder-Deutung missverstanden hat. Mit dem Missbrauch der Deutung als Beschuldigung nach dem Motto »Du bist verstopft, weil du so ein Geizkragen bist!« wird der Schattencharakter in jedem Krankheits-symptom erkannt. Schatten ist Betroffenen definitionsgemäß unbewusst. Insofern werden solcherart Beschuldigte solche (Miss)Deutungen sowieso nicht akzeptieren können. Wüssten sie, wie geizig sie sind, gäbe es keinen Grund, verstopft zu sein. Schatten eignet sich also gar nicht als Vorwurf. Bei diesem schwierigsten Thema unserer Existenz ist im Gegenteil besonders behutsames Vorgehen *notwendig*. Betroffene brauchen ihre ganze Kraft und vonseiten der Umwelt viel Raum, um in kleinen eigenen Schritten ihren Bezug zum im Krankheitsbild ausgedrückten Thema zu entdecken. Dabei erweist sich Wertung als ebenso hinderlich wie Deutung sinnvoll.

Wer sich selbst in dieser Weise beschuldigt, verkennt ebenfalls die Wachstumschancen von Krankheit. Das Durchschauen eines Krankheitsbildes bis zur seelischen Ebene ändert meist noch nichts an den konkreten Tatsachen des anstehenden Problems. Betroffene werden dadurch auch weder bessere noch schlechtere Menschen, sondern lediglich wissender und verantwortungsbewusster. Ignoriert man dieses Wissen und die damit einhergehende Verantwortung, ändert sich

meist wenig, alles bleibt beim Alten. Übernimmt man dagegen die Verantwortung und deutet das Geschehen, bis Sinn und Aufgabe bewusst werden, wird Krankheit zur Chance und ermöglicht Entwicklung und Wachstum im Sinne des eigenen Musters.

Das Vorgehen dabei ist nicht einmal schwer oder aufwendig. Auf körperlicher Ebene kann jeder deuten, nämlich mit dem Finger auf die Stelle, die ihm Beschwerden verursacht. Diese Erfahrung in Zusammenhang mit der seelischen Ebene zu bringen, ist Ziel dieses Buches. Früher war das einmal genauso selbstverständlich, wie es das körperliche Hindeuten mit dem Finger bis heute ist. Es geht darum, den Finger im übertragenen Sinne in die Wunde zu legen. Das erfordert Mut, aber auch wieder nicht so viel, denn die Wunde ist ja bereits da und meldet ihren Standort mit Schmerzen. Sie entsteht nicht erst durch den hineingelegten Finger, dadurch wird sie lediglich bewusster. Langfristig bekommt sie durch diesen mutigen Schritt die Möglichkeit zu heilen.

2. Eigenblindheit und Projektion

Die eigentliche Chance liegt aber sowieso nicht in der Deutung fremder Krankheitsbilder, sondern eigener, und vor allem muss es damit beginnen. Analog dem christlichen und einem generell entscheidenden Grundsatz gilt es, den Nächsten zu lieben wie sich selbst. Mehr ist nicht möglich und jedenfalls schädlich. So müssen und dürfen wir uns auch zuerst selbst heilen, bevor es mit dem Nächsten klappen kann. In langjährigen Ausbildungen wurde mir überdeutlich, wie wenig Chancen TherapeutInnen, die mit ihrem eigenen Übergewicht nicht fertig wurden, bei PatientInnen hatten. Für Übergewicht oder Esssucht lassen sich hier nicht nur alle übrigen Süchte einfügen.

Dieser Anfang bei sich selbst wird erschwert durch allgegenwärtige Eigenblindheit. Die Problematik der Projektion, unsere Tendenz, alles Unangenehme und Schwierige nach draußen zu verlagern und

auch dort zu bearbeiten bzw. zu bekämpfen, erweist sich auch bei der Deutung von Krankheitsbildern als äußerst hinderlich. Während wir den Splitter im Auge des anderen deutlich erkennen, übersehen wir gerne den Balken im eigenen. Die Erfahrungen mit »Krankheit als Weg« verdeutlichten dieses bezeichnende, schon in der Bibel durchschaute Muster.

Den als stimmig erkannten Symptomdeutungen bei Freunden und Bekannten steht ein großes »Aber« gegenüber, was eigene Symptome angeht. Bei Partnern oder Schwiegereltern hat es noch so überzeugend funktioniert, versagt bei sich selbst aber scheinbar. Im Laufe von vier Jahrzehnten Feedbacks zu Deutungen fiel dieses überwiegende Muster auf. Diesbezügliche Briefe und später Mails begannen überhäufig mit zum Teil hymnischem Lob für die grandios stimmigen Deutungen der eigenen Eltern und übrigen Verwandten, nur bei einem einzelnen Krankheitsbild lägen sie völlig daneben. Gute 90 Prozent der Deutungen werden über den grünen Klee gelobt und knapp 10 Prozent komplett in Frage gestellt. Die 90 Prozent Zustimmung kommen von den Deutungen der anderen und die deutlich unter 10 Prozent von denen eigener Symptome.

Deutung von Krankheitsbildern ist Arbeit am Schatten und deshalb nicht häufig, sondern fast immer unangenehm. Man kann sogar geradezu davon ausgehen, dass stimmige Deutungen auf spontane Ablehnung stoßen. Erscheint eine Deutung auf Antrieb angenehm, ist sie entweder nicht richtig oder jedenfalls nicht vollständig und tief genug. Insofern ist es ein gangbarer und sogar empfehlenswerter Weg, an fremden Krankheitsbildern zu lernen und diese Erfahrungen dann auf sich selbst zu beziehen und anzuwenden. Und nur wenn dieser harte zweite Schritt folgt, ergibt das Konzept Sinn. Dann aber wird es zu einem überaus ehrlichen und hilfreichen Weg der Selbsterkenntnis und -verwirklichung, der seinesgleichen sucht.

Gegenüber anderen Deutungssystemen besonders aus dem spirituellen Bereich hat die Symbolik der Krankheitsbilder den Vorteil, kaum Missverständnisse über die betroffene Ebene zuzulassen. Es

besteht wenig Gefahr, ein Magengeschwür als Zeichen unmittelbar bevorstehender Erleuchtung zu interpretieren. Die gesamte Körper-ebene steht dafür, dass es sich bei ihren Symptomen um handfeste Lernaufgaben handelt, die wesentlich im Körperlichen wurzeln.

3. (Auf)Wertung der Symptome

Der auf den ersten Blick gravierendste Unterschied zur gängigen Medizin ist meine hier vorgetragene positive Einschätzung der Symptome. Statt sich wie üblich mit den PatientInnen gegen ihre Symptome zu verbünden, geht es im Gegenteil darum, sich mit den Symptomen zu verbünden, um zu erkennen, was den PatientInnen fehlt und ihnen diese Symptome bzw. Fehler bescherte. Wird das Symptom von seiner üblichen negativen Bewertung befreit, kann es als wertvoller Wegweiser zu fehlenden Themen führen und so dazu verhelfen, vollständig und heiler zu werden.

Damit eröffnet sich eine unübersehbare Wachstumschance, da fast jeder Mensch Symptome hat und die meisten sogar mehrere. In diesem letzten Punkt herrscht seltene Übereinstimmung zwischen allen Bereichen der Medizin. Die Schulmedizin findet mit ihren ständig raffinierter werdenden Untersuchungsmethoden praktisch keine Gesunden mehr. Hier herrscht längst die Auffassung, ein gesunder Mensch sei nur unzureichend untersucht. Bei praktisch jedem lässt sich irgendeine Abweichung von der Norm finden. Und wer sucht, der findet. Insofern sind auch Schulmediziner Suchende – auf ihrer Ebene.

Gesundheitsstatistiken sind in Wirklichkeit längst Krankheitsstatistiken, die eine deutliche Sprache sprechen. Was taten Mediziner eigentlich, bevor sie 1843 die Norm erfanden und sogleich einführten und mit dem Elend anfangen, Laborwerte und Befunde statt Menschen immer mehr in den Vordergrund zu stellen und schließlich sogar zu therapieren? Die Niere von Zimmer 16 ist eine scheußliche

Verirrung, denn auf 16 liegt keine Niere im Bett, sondern eine Patientin mit zwei Nieren, die Symptome zeigen, die Probleme mit der 7. Lebensbühne verdeutlichen und damit höchstwahrscheinlich mit Partnerschaft zu tun haben.

Und selbst die moderne Naturheilkunde mit ihren noch sensible-ren Diagnoseverfahren der bioelektronischen Funktions-Diagnostik geht ähnliche Wege und findet erst recht keine gesunden Individuen mehr. Beide Richtungen beklagen diesen Zustand, während Religion und spirituelle Philosophie ihn als unumstößliche Gegebenheit annehmen. Nach dieser Auffassung sind Menschen in dieser polaren Welt notwendigerweise unheil und auf der Suche nach der verlorenen Einheit, die sie im Paradies zurückgelassen haben, als sie sich auf den Entwicklungsweg begaben. Interessant ist, wie die heute vollkommen der Schulmedizin verpflichtete – und damit aus meiner Sicht in ihrer der Macht verschriebenen Einseitigkeit zur Gefahr gewordene – WHO Gesundheit in einer an die spirituelle Tradition erinnernden Weise definiert. Sie sei ein Zustand frei von körperlichem, seelischem und sozialem Leid. Danach gibt es in dieser von Gegensätzen geprägten Welt außer in Anatomie- und Physiologiebüchern keine gesunden Menschen.

Ob man unser aller Kranksein als gesundheitspolitischen Skandal oder als die notwendige Konsequenz aus unserer Absonderung von der Einheit empfindet, wir haben alle Symptome und damit neben dem Leid auch die Chance, an ihnen zu wachsen. Die Frage ist: Wollen wir mit dem seit Jahrhunderten fehlschlagenden Versuch fortfahren, Symptome aus der Welt zu schaffen? Oder sie als unabdingbare Gegebenheit annehmen und das Beste in Gestalt von Entwicklung und konstruktiv-erlöstem Wachstum daraus machen? Wollen wir uns bemühen, sie als Wegweiser zu erkennen, denen wir vertrauensvoll folgen können auf dem Weg zu Heil(ung) und erfülltem Leben, jenem Ziel, das Christus uns schenkte?

IV. Der Hals

Als Verbindung zwischen Kopf und Körper ist der Hals eine ausgesprochen sensible Region, ein Engpass, durch den alles Wesentliche hindurchmuss. Von oben kommen Atemluft, Nahrung und die Befehle des Kopfes nach unten, von unten die Rückmeldungen des Körpers nach oben zurück zur Zentrale. Auf engstem Raum kommen hier drei zentrale Verbindungsstraßen zusammen: Luftröhre, Speiseröhre und Rückenmark. Die Kontrolle dieser Verbindungen ist folglich eine wesentliche Funktion dieser Region. Auch die durch den Kehlkopf entscheidend geprägte Stimme hat mit Kommunikation, Vermittlung und Kontaktaufnahme zu tun. Kommunikation nach draußen mittels Stimme und Kommunikation nach drinnen mittels Speiseröhre sind Grundthemen der Region. Die Nerven des Rückenmarks verlaufen in beide Richtungen. Wobei wir früher dachten, es handle sich um eine recht einseitige Vermittlung von der Zentrale, der Hauptsache, hinunter zu den ausführenden Organen, fand die Wissenschaft erst kürzlich, wie viel mehr Leitungsbahnen tatsächlich vom Herzen zum Oberstübchen führen als hinunter von ihm Richtung Herz.

Auf Grund der herrschenden Enge hat der Hals eine nahe Beziehung zur Angst (lat. angustus = eng) und speziell zur Todesangst. Mit dem Zusammenspiel von Enge und Angst wird jeder zu Beginn des Lebens durch die Geburt konfrontiert. Da im Anfang schon alles liegt, wie im Samenkorn der fertige Baum, ist wenig erstaunlich, wie sehr Angst eine menschliche Grunderfahrung ist. Wenn sich der Hals als Engpass für die drei entscheidenden Verbindungen zwischen Kopf und Körper vor Angst zuschnürt, ist das in mehrerer Hinsicht lebensbedrohlich. Man droht in Minuten zu ersticken, in Tagen zu verdursten, in Wochen zu verhungern⁴⁹ und im Falle des Rückenmarks in Sekunden an zentraler Lähmung zu sterben.

So ist der Hals geradezu die prädestinierte Stelle, um Menschen umzubringen. Verschiedenste, sich ansonsten gänzlich uneinige Gesellschaften entwickelten unterschiedlichste Methoden der Hinrichtung. Aber die Vorliebe für den Hals als Ort haben die meisten. In Frankreich wurde er auf Guillotinen mit maschineller Korrektheit durchschnitten, in England wurde der Delinquent daran aufgehängt, in orientalischen Ländern wurde er mit dem Schwert durchtrennt, im Westen eher mit einem Beil. Mörder bedienen sich mit Vorliebe eines Schals oder der bloßen Hände, um ihn zuzudrücken. Insofern ist es nur zu verständlich, wenn die Todesangst im Hals würgt oder im Nacken sitzt, wenn es einem an den Kragen geht. Da Angst immer auftritt, wenn es eng wird, ist der Hals ihre natürliche Heimat.

Hat man etwas am Hals, ist das folglich eine bedrohliche oder zumindest lästige Angelegenheit, geht uns jemand an die Gurgel, wird das noch deutlicher.

Fällt man einem Halsabschneider in die Hände, steckt man schnell bis zum Hals in Schulden. Dann steht uns das Wasser bis zum Hals. Jemandem an den Kragen oder an die Gurgel gehen bringt ihn in eine gefährliche Situation, ähnlich wie ihn am »Schlafittchen« oder »Kra-watterl« packen. Schon Kinder gehorchen diesen Regeln und nehmen ihre Gegner mit Vorliebe in den »Schwitzkasten«. Andererseits ist es ein Vertrauensbeweis, jemandem zu erlauben, seinen Arm in liebevoller Absicht um den eigenen Hals zu legen. Man ist sicher, er werde nicht umgedreht. Auch im übertragenen Sinne kann man sich und seine angstbesetzten Geheimnisse solch einem Menschen anvertrauen. Er wird einem keinen Strick daraus drehen, um uns daran aufzuhängen.

Neben der Angst residiert im Hals auch die Gier, speziell die des Einverleibens und damit Besitzens. Im Schlucken liegt für viele Menschen eine Befriedigung, die die des Schmeckens noch übertrifft. Schaut man Menschen beim Essen zu, gewinnt man häufig den Eindruck, es ginge darum, in möglichst kurzer Zeit möglichst viel zu schlucken oder gar zu verdrücken. Ausdrücke wie Geiz- und Gierhals sprechen von dieser Erfahrung und bringen den Hals in Bezie-

hung zu Besitz und Gier. Auch wenn sich jemand uns an den Hals wirft, zielt er eher auf unser Hab und Gut. Steht uns das Wasser bis zum Hals, sind wir existenziell bedroht.

Wie tief diese Symbolik geht, zeigen Ausdrücke wie Geizhals und Geizkragen. Einem Halsabschneider etwas in den Rachen werfen meint, es einem Wucherer kampflos überlassen. Niemand würde von einem Geizfuß oder einer Geizhose sprechen. Dieses Thema gehört eindeutig zum Hals. Wer den Hals nicht voll genug *kriegen* kann, hat es in gieriger Weise auf mehr Besitz abgesehen, als ihm zustehen würde. Wer den Hals zu voll nimmt, täuscht mehr vor, als er halten kann. Seinen Versprechungen ist nicht zu trauen.

Mit dem Nacken kommt eine weitere Bedeutungsebene ins Spiel. Er ist ein Ort urwüchsiger Kraft, und so ist es besonders bedrohlich, wenn einem die Angst im Nacken sitzt. Der sprichwörtliche Stiernacken kann den Karren aus dem Dreck ziehen. Der stiernackige Mensch ist ein Abbild bodenständiger Kraft. Er geht seinen Weg unbeirrt und unbeleckt von intellektuellen Zweifeln, setzt sich aus eigener Kraft und mit der ihm zukommenden Sturheit und manchmal Halsstarrigkeit durch. Nackenschläge sind so gefährlich, weil sie gerade den Ort symbolischer Stärke treffen. Darüber hinaus kommen sie von hinten und sind so zugleich Rückschläge – damit unfair und oft zurückwerfend.

Schließlich ist der Hals auch für den Überblick und damit für den geistigen Horizont wichtig. Er bestimmt die Richtung des Kopfes und so auch das Blickfeld. Wie sein titanischer Namenskollege Atlas die ganze Weltkugel, trägt der oberste Halswirbel die Kugel unseres Kopfes und damit unsere Welt. Der Atlas dreht sich dabei um den zweiten Halswirbel, Axis, der damit zur eigentlichen Weltachse wird. Er ist der wichtigste Körperteil für den Wendehals, der sich wie eine Windfahne nach der für ihn jeweils günstigsten Richtung dreht. Mehr Sittengemälde als Krankheitsbild, hat der Wendehals noch lange vor körperlichen vor allem geistig-seelische Abnutzungerscheinungen zu befürchten.

Die Haltung des Halses ist zugleich die des Kopfes. Insofern verbirgt sich in ihr besonders viel Symbolik. Fehlt jemandem der Mut, dem Leben aufrecht und hoch erhobenen Hauptes zu begegnen, lässt er den Kopf nicht nur im übertragenen Sinne hängen. Der Hals hat dann die Last des hängenden Kopfes zu tragen, was die Muskeln im Nacken auf die Dauer überfordert. Hartnäckigkeit ist die Folge und zugleich ein Versuch, sich gegen drohende Nackenschläge zu panzern. Wer mit hängendem Kopf durch die Welt geht, sieht nicht viel von ihr und hat damit auch nichts von ihr und vom Leben. Er macht sich zum Opfer und bietet zum Zeichen dafür den empfindlichen Nacken in entsprechender Haltung dar. Die erwarteten Nackenschläge können in dieser Haltung kaum ausbleiben. Zugleich verstecken die Betroffenen die Vorderseite ihres Halses, den Schlund, und damit den Bereich des Einverleibens und Besitzes. Sie erwarten nichts vom Leben, was lohnen würde, einverleibt zu werden. Was sie trotzdem haben, pressen sie auf engstem Raum zusammen und verbergen es vor der Welt.

Es handelt sich um einen typischen Teufelskreis, denn Betroffene erleben das Ganze in der Projektion. Sie meinen den Kopf hängen zu lassen, weil die Welt so schlecht sei und sowieso nur Negatives für sie bereithält. Nach jedem Rückschlag lassen sie den Kopf ein Stück tiefer hängen und fordern damit den nächsten Nackenschlag noch sicherer heraus.

Ihre Lernaufgabe liegt darin, diese gebeugte Haltung zu erlösen und die Niedergeschlagenheit in Demut zu wandeln. Wer was das Leben ihm zukommen lässt, in Demut erwartet und demütig annimmt, zwingt seinen Hals nicht, stellvertretend diese Haltung zu leben. Die Hartnäckigkeit wird einer anpassungsbereiten Beweglichkeit weichen. Der Welt in echter Demut zu Füßen liegend, wird ihm letztlich die Welt zu Füßen liegen, auf alle Fälle hört sie auf, ihn mit Rückschlägen zu schlagen.

Die Gegenposition ist die Hochnäsigkeit, bei der der Kopf in den Nacken geworfen und das Kinn nach vorn geschoben ist. Als Sym-

bol des Willens wird das Kinn dadurch betont. Es soll alles nach der Nase des Hochnäsigen gehen. Entsprechend von oben herab betrachtet er die zu seinen Füßen liegende Welt. Gleichzeitig wird der Hals nach vorne gedrückt, gedehnt und tendenziell überbläht, wodurch die Thematik des Den-Hals-nicht-voll-genug-Kriegens anklingt. Die ganze Gestalt des Hochnäsigen drückt die Erwartung aus, Unterwürfigkeit zu ernten. Früher betrachteten Adelige von hoch zu Ross und entsprechend hochmütig ihre Untertanen. Diese erblickten, wenn sie ihre Augen demütig oder gedemütigt nach oben wandten, nicht selten einen Blähhals.

Ein kurzer Hals oder gar Stiernacken betont den Aspekt der Kraft. Er kann jeden Karren aus jedem Dreck ziehen. Der dicke Hals bis zum Doppelkinn bringt das Besitzthema ins Spiel, ist er doch nicht so leicht voll zu bekommen. Ein langer schlanker Hals wirkt elegant und anmutig bis hin zum Schwanenhals. Er hebt die Hauptsache hoch hinaus, ermöglicht Überblick und verschafft eine gehobene Position. Auf der Schattenseite kann das bis zu Arroganz und Eitelkeit im Elfenbeinturm gehen.

Lernaufgabe und Erlösung der Hochnäsigkeit als Fehlhaltung liegt darin, sich Überblick im übertragenen Sinn zu verschaffen und statt Hochmut echten, auf innerer Stärke beruhenden Mut zu entwickeln. Wer sich seine Welt in diesem tieferen Sinn untertan macht und sich unterwirft, muss sich und der Welt seine Souveränität nicht durch physische Hochnäsigkeit beweisen. Der Welt gewachsen, wird er nicht versuchen, sich durch diese anstrengende Haltung künstlich größer zu geben, als er ist.

Wie sehr Körper und Seele Hand in Hand gehen, zeigt die seitliche Kopfhaltung. Legt man den Kopf nur ein wenig nach einer Seite, verschließt sich der Blick sofort zu dieser, und die gegenüberliegende Seite öffnet sich umso mehr. Ein einfacher Selbstversuch zeigt, wie sehr die Kopfneigung nach rechts für die linke Seite öffnet und umgekehrt. Man braucht nur in sich hineinzuhorchen bei diesem Versuch, um zu spüren, wie mit der Öffnung zur linken, archetypisch

weiblichen Seite automatisch eine weichere, hingebungsvollere Stimmung einhergeht. Neigt man den Kopf dagegen nach links und sich damit der rechten »Welthälfte« zu, wird die Stimmung dem archetypischen männlichen Pol entsprechend härter und bestimmender.

Trägt jemand seinen Kopf ständig nach einer Seite geneigt, wird aus dem Spiel ein Symptom, das sehr genau zeigt, welche Hälfte der Wirklichkeit hier gemieden und welche favorisiert wird. Die Lernaufgabe besteht darin, sich bewusst der bevorzugten Seite zuzuwenden und den Blick so lange auf ihr ruhen zu lassen, bis man ihr Wesen erkennen und annehmen kann und damit reif wird für die andere Seite der Wirklichkeit. Noch klarer ist die Symptomatik beim Schiefhals*, wo eine Hälfte der Wirklichkeit gänzlich ausgeblendet wird. Auch in diesem Fall führt die (Er-)Lösung über den ständig betrachteten Pol. Allerdings muss aus der äußeren Hinwendung eine innere werden und damit die Betrachtung eine wesentlich tiefere. Nach längeren Zugfahrten ist der Unterschied deutlich spürbar, auf welche Seite man hinausgeschaut hat.

1. Der Kehlkopf

Die Stimme – Barometer der Stimmung

Unser Stimmorgan wird sprachlich gegenüber den anderen Organen insofern bevorzugt, als man mit »dem Organ« eines Menschen seine Stimme meint. Neben dem geäußerten Inhalt drückt sie die jeweilige Stimmung aus bzw. jene Stimmung, an der man auf Dauer hängen geblieben ist. Praktisch alle Menschen, auch wenn sie sonst nicht im Traum⁵⁰ daran denken würden, Organfunktionen oder Symptome zu deuten, messen der Stimmlage Be-Deutung bei. Daher fallen Deutungen in diesem Bereich besonders leicht, sie sind uns geläufig.

Wir sind stimmig, wenn die Stimme stimmt und zu uns passt. Sobald wir unserer *Bestimmung* mit *Bestimmtheit* folgen, fühlen wir uns gut gestimmt, d.h., unsere Saiten bzw. Stimmbänder sind gestimmt,

nicht etwa wie im Stimmbruch, wo Jungen abwechselnd kieksend und brummend nach ihrer stimmenden Stimmlage fahnden.

Die Stimme wird zum Symptom, wenn sie nicht zur Körpergestalt passt. Sie zeigt sehr früh, wenn etwas nicht stimmt, und ist insofern ehrlicher als die Inhalte, die sie verlauten lässt. Eine leise verhauchte Stimme in einem großen robusten Körper fällt genauso aus dem Rahmen wie eine tiefe voluminöse Stimme in einem zarten, feingliedrigen Körper. Während erster Fall recht häufig ist, kommt Letzterer kaum vor. In einem schwächtigen Körper fehlt der Stimme Resonanzboden, um Tiefe und Volumen zu erreichen. Es ist aber gut möglich, einen großen Resonanzboden nicht zu nutzen, die eigene Stimme nicht im Rahmen ihrer Möglichkeiten schwingen zu lassen.

Eine Piepsstimme, die sich aus einem stattlichen Körper quält, spricht für einen Besitzer, der sich nicht traut, zu seinen Möglichkeiten zu stehen und von ihnen Gebrauch zu machen. Er erlaubt der Stimme nicht, den Körper mitschwingen zu lassen. Angst vor der eigenen Kraft und Wirkung liegt hier nahe sowie Distanz zur Körperlichkeit. Die innere Stimmung ist im Gegensatz zur äußeren Erscheinung ängstlich und ohne Selbstvertrauen. Eine zittrige Stimme lässt ebenfalls Angst mitschwingen, kann aber in bestimmten Augenblicken auch vor seelischer Bewegung und Ergriffenheit vibrieren. Nahe verwandt ist die tonlose Stimme, die zu kleinlauten Menschen gehört, die sich frühzeitig ducken mussten und nicht dazukamen, ihre eigene Kraft zu entwickeln und sich einen stärkeren Ausdruck zu verschaffen.

Die heisere Stimme beruht auf gereizten Stimmbändern und nicht eingestandener gereizter Stimmung. Sie kann z. B. darauf hinweisen, wie sich ihr Besitzer ständig in Nähe des Schreiens aufhält, ohne wirklich aus der Tiefe seines Herzens loszubrüllen. Die Stimme klingt überanstrengt, entweder weil sie gebrüllt hat, dann aber nicht total, oder weil das Gebrüll ständig unterdrückt und niedergehalten wird. Heiserkeit entsteht, wenn die Stimme aus dem Kopf-Hals-Bereich kommt, jedenfalls nicht aus Bauch oder Herz. Ihr Besitzer steht

folglich nicht mit seiner ganzen Person zu seinen Äußerungen. In der Reibung spürt man neben dem Impuls zu sprechen gleichzeitig den Widerstand dagegen. Wer z. B. trotz Erkältung nicht aufs Sprechen verzichtet, wird schnell heiser. Eigentlich hat er die Nase voll und würde am liebsten nichts mehr hören, sehen und riechen, sondern auf der ganzen Linie dichtmachen. Die heisere Stimme verrät die überreizte Situation. Eine heißgeredete Stimme wird nur dann heiser, wenn ihr Besitzer den Umständen entsprechend zu viel geredet hat. Ohne den Resonanzboden des Körpers ist es fraglich, ob die Stimme bei den Zuhörern Resonanz findet. Je heiserer und krächzender sie ist, desto weniger glaubwürdig klingt sie.

Heiserkeit kann bis zur Stimmlosigkeit gehen (Aphonie), einem Symptom der meisten Kehlkopferkrankungen von der Entzündung über die Lähmung bis zum Tumor. Keine Stimme haben bedeutet nicht nur in der Politik, ohne (Stimm-)Recht zu sein. Eine völlig versagende Stimme deutet eine uneingestandene Situation von Entmachtung und Entrechtung an. Vordergründig kann sie von physischer Enge, etwa durch einen Kropf, zeugen. Dahinter wird sich allerdings wiederum seelische Beklemmung finden lassen.

Lehrer und Sänger leiden häufig unter Heiserkeit und signalisieren damit, wie sehr sie einerseits ihre Stimme überbeanspruchen, andererseits nicht zu ihrer vollen (stimmlichen) Kraft finden. Das mag so weit gehen, bis sich die ungelösten Stimmungsknoten in Knötchen auf den Stimmbändern niederschlagen und diese nicht mehr richtig schließen. Dass chirurgisches Wegschneiden eines Problems nicht der Weisheit letzter Schluss ist, zeigen Sänger, die diese Operation mehrfach hinter sich brachten, ohne damit den Widerstand der Stimmbänder gegen ihre unstimmige Stimme brechen zu können. Geduldig verkörperte ihr Organismus immer wieder von Neuem den Problemknoten an der problematischen Stelle. Sobald der Knoten andererseits platzt, kann die Stimme lauter und voller denn je mit all ihren Möglichkeiten schwingen. Häufig sind es Atemübungen, die den Knopf gehen lassen und Betroffenen anschließend erlau-

ben, stimmlich aus dem Vollen zu schöpfen. Über den Atemstrom als »Ausfluss der Seele« kann es gelingen, die wirklichen Stimmungen in Bewegung und zum Ausdruck zu bringen.

Die Aufgabe bei Heiserkeit liegt offenbar im Leiser-Werden und Schweigen-Lernen, was auf körperlicher Ebene zur Schonung und Erholung, auf seelischer zur Vertiefung führt. Diese ist notwendig, wenn die Äußerungen von der Seele durch die Person (von lat. *personare* = hindurchtönen) und ihren ganzen Körper getragen werden sollen. Dann erst sprechen wir von einer tragenden Stimme.

Wer mit verwaschener Stimme spricht, ist schlecht zu verstehen. Wo ihn die Umwelt nicht versteht, drängt sich die Frage auf, ob er überhaupt verstanden werden und zu dem stehen will, was er sagt. Sind ihm die Gedanken, die er so undeutlich entlässt, überhaupt selbst deutlich? Verwaschene Sprache, die die Worte ineinander verschwimmen lässt, spricht für ebenso undifferenzierte Gedanken. Der Sprecher schwimmt und hat Angst anzukommen, könnte sich das Geäußerte doch weniger als Sprache denn als Gewäsch entpuppen. Offenbar möchte er nicht darauf festgelegt werden, sind seine Standpunkte nicht fest, sicher und klar genug, um sie mit fester, sicherer und klarer Stimme zu verkünden.

In ähnliche Richtung wie die verwaschene weist die unsichere, gehemmte Sprache. Mit jedem gehauchten Wort sagt der Hauchende neben dem verhauchten Inhalt immer auch: »Bitte, tu mir nichts, ich tu dir auch nichts.« Betonte Sanftheit wirft schnell die Frage nach ihrer Echtheit auf und weckt den Verdacht, einen Wolf im Schafspelz zu verbergen. Ähnlich ist es bei weinerlichen oder wimmernenden Stimmen, hinter denen kaum Nachdruck liegt. Falls doch Druck hinter den Worten ist und Angst ihren *lauteren* Ausdruck verhindert, spürt man es am gepressten Timbre des Hauchens bzw. anklagenden Beigeschmack des Wimmerns. Die Doppeldeutigkeit des Wortes »lauter« verdeutlicht hier schon einiges.

Wer ohne Aus- und Nachdruck spricht und sich aus Angst vor Kraft und Ausdrucksstärke in Sanftheit flüchtet, dem wird tatsäch-

lich echte Sanftheit zur Lernaufgabe. Er kann seine Sanftheit gegebenenfalls als unecht oder doch halbherzig erkennen, denn auch ein Leisetreter bleibt immer noch ein Treter. Die leisen Töne sind ihm Aufgabe und Möglichkeit, sich zu finden. Dann bekommt auch das Lautere seine Chance, und der Wolf wird aus dem Schafspelz befreit. Geht er aber übungshalber ganz im Schafswesen auf, kann er erkennen, wie viel mehr und ganz anderes in ihm steckt. Solange er weiter auf Schaf macht, besteht die Gefahr, irgendwann zu einem zu werden und seine echte Sanftheit nie zu finden. Ist dagegen sein Anteil Wolfsnatur entdeckt und angenommen, wandelt sich die gepresste Sanftheit in gelöste Lauterkeit, die sich auch entsprechend ausdrücken kann: hauchzart und sanft oder nachdrücklich lauf brüllend.

Eine Stimme, die immer laut und dröhnend tönt, wird ebenfalls zum Symptom. Häufig übertönt oder überschreit sie sogar alle zarteren Regungen. Wer immer Stimmungskanone ist und die Wände von eigenem Kanonendonner widerhallen lässt, verstimmt nicht nur seine Umwelt auf Dauer, er erweist sich auch selbst als verstimmt. Stimmung ist etwas wechselhaft Empfindendes; um sie stimmig auszudrücken, bedarf es der Einstimmung auf das eigene Wesen und den jeweiligen Augenblick. D. h., die eigenen Qualitäten (aller 12 Lebensbühnen) und die Qualität der Zeit (Kairos) werden bewusst.

Auch für notorische Stimmungskanonen liegt die Lösung in ihrer lauten bis vorlauten, lustig-fröhlichen Art. Wenn sie sich einmal ganz in die Fröhlichkeit und Lust hineinlassen, bis sie sie im Innersten spüren, könnten sie sie danach auch wieder loslassen und wären offen für neue Stimmungen in neuen Situationen.

Die zischende Stimme entlarvt ein schlangenhaftes Wesen mit der tiefen Symbolik, die diesem Reptil seit biblischen Zeiten anhaftet. Nicht nur das Unehrlche der gespaltenen Zunge, auch das Verführerische spielt hier hinein. Jemandem etwas zuzischen hat ebenso wie die zischelnde Stimme an sich einen Hauch von Gefährlichkeit und Geheimnis, vielleicht sogar Verschwörung. Den Gegenpol bilden

offen ausgesprochene deutliche Worte, die die Öffentlichkeit nicht scheuen.

Das Verführerische tönt oder, besser gesagt, reibt auch bei der ver-ruchten Stimme mit, suggeriert sie doch, ihre BesitzerInnen hätten exzessiv gelebt und (wahrscheinlich auch) geliebt. Raucher, die ihren Kehlkopf ständig durchröchern, können häufig auf diese vielsa-gende Stimmlage zurückgreifen. Eine raue Stimme verrät, wie einem die Dinge nicht so glatt von den Lippen gehen, sondern hier gegen einen gewissen Widerstand angesprochen oder gesungen wird. Ist die Stimme rau wie ein Reibeisen, wird die Anstrengung beim Spre-chen sogar hörbar. Die Lösung liegt im wirklichen Einlassen auf die inneren Widerstände.

Eine schrille Stimme erzwingt sich Beachtung und Aufmerksamkeit. Hier klingt und schwingt die Befürchtung mit, die geäußerten Inhalte anders nicht heraus- und hinüberzubringen. Der Trommler in Günter Grass' Roman *Die Blechtrommel* kann als Prototyp dieser Art gelten. Wenn alle Stricke reißen und er sich nicht einmal mehr mit martialischem Trommeln durchsetzen kann, lässt sein schrilles Organ die Scheiben klirren und oft zerbersten.

Eine erstickte Stimme ist gefärbt von dem, was sie erstickt. Unter-drückte Tränen können ebenso mitschwingen wie Wut oder Zorn. Die ge- und bedrückte Stimme ist letztlich immer Abbild seelischer Bedrängnis und Bedrückung.

Die feuchte Aussprache ist weniger ein Stimm- als ein Aus-drucksproblem. Obwohl ausgesprochen harmlos, ist das Symptom auf Grund seiner unübersehbaren Symbolik doch höchst unbeliebt. Hier spuckt jemand seine Aggression aus. Immerhin kommt er so zu seinen Zuhörern hinüber, was er anders wohl nicht so leicht schaffen würde. Dahinter steckt oft der Versuch, sich besonders anzustrengen und ausgesprochen gut zu artikulieren. Statt auf diese kindlich spu-ckende Art könnten die Betroffenen wagen, die notwendige Schärfe und Prägnanz inhaltlich auszudrücken.

Um in seiner Stimme stimmig zu werden, ist es unumgänglich,

sich auf die jeweils mitschwingenden Gefühlsebenen einzulassen, sie leben und aus sich sprechen zu lassen. Nur so besteht die Chance, (stimmlich) frei und offen für alle Stimmungen zu werden.

Fragen:

1. Stimmt meine Stimme? Zu meiner Erscheinung? Meiner beruflichen? Gesellschaftlichen Stellung? Zu meiner Bestimmung?
 2. Drängt meine Stimme in den Vordergrund, oder verkriecht sie sich? Entspricht das meinem wirklichen Anspruch ans Leben?
 3. Kann ich meiner Stimme vertrauen und frei sprechen? Komme ich mit ihr hinüber zu den Angesprochenen? Erreiche ich mit ihr, was ich möchte, was mich umtreibt?
 4. Schaffe ich es bei anfänglichen Widerständen, mich freizusprechen?
 5. Welches Grundgefühl drückt meine Stimme aus? Entspricht es meiner seelischen Gestimmtheit?
 6. Bin ich stimmlich an bestimmten Stimmungen hängen geblieben, oder bleibe ich offen für den jeweiligen Augenblick?
 7. Was transportiert meine Stimme neben dem Inhalt an Botschaften?
-

Räuspern als Symptom

Räuspern bekommt natürlich nur dann Krankheitswert, wo es ständig auftritt und anfängt, für einen selbst lästig und für andere auffällig zu werden. Es ist der Versuch, die Luftwege zu säubern, um anschließend etwas zu sagen. So hat es sich geradezu als Signal eingebürgert, um einen Redebeitrag anzukündigen. Wer sich ständig räuspert, kündigt dauernd Beiträge an, die dann nicht kommen. Es handelt sich also um einen Menschen, der auch gern einmal etwas sagen würde, aber in den ersten Anfängen stecken bleibt. Er kommt im wahrsten Sinne des Wortes nicht zu Wort, sondern bleibt auf der Vorstufe bei