

„Heilung geschieht von innen – Die Praxis der Christustherapie“

Prof. Dr. B. Staehelin († 2005) war viele Jahre als Spezialarzt für Psychiatrie und Psychotherapie an der Medizinischen Universitätspoliklinik Zürich tätig. Man kann ihn als einen der Pioniere für eine Synthese zwischen Medizin, Psychotherapie und Religion bezeichnen. So hat er als Wissenschaftler und Christ im Laufe vieler Jahre entwickelt und verfeinert, was er dann „Christustherapie“ nannte. Viele Menschen fanden und finden hier von Grund auf Heilung, physisch wie psychisch.

In seinem Buch „Heilung geschieht von innen – Die Praxis der Christustherapie“, das 2002 im Herder-Verlag, Freiburg, verlegt wurde, inzwischen aber leider vergriffen ist, legt er seine Erkenntnisse und Erfahrungen nieder. Dort heißt es unter anderem:

Ist uns Gott abhanden gekommen?

Der große epochale Fehler der Wissenschaften an unseren Universitäten – und nicht nur dort – war und ist, dass in den letzten Jahrhunderten von Wissenschaftlern der Schöpfer-Gott so sehr eliminiert wurde, dass er ihnen abhanden gekommen ist. Gott wurde in die Privatsphäre der Einzelnen verwiesen. Es kam zur großen, radikalen Trennung zwischen Wissenschaft und Religion. Die Aufklärung – ihre Philosophie des Atheismus, des Materialismus – kam für drei, vier Jahrhunderte ans Steuerrad.

Wir brauchen eine neue, eine metaphysische Ergänzung zu unserer naturwissenschaftlichen Schulmedizin, in welcher Gott und dessen Heilkraft bei jeder Patientin und bei jedem Patienten mit einbezogen wird, zu Gunsten von Diagnose und Therapie. Naturwissenschaft kann an der Natur des Menschen immer nur Vergänglichkeit, Endliches erkennen, nie Ewigkeit, nie ewige Liebe. Da in der Inwendigkeit jedes Menschen der ewige, Leben gebende Christus wohnt und wirkt, ist Christus in uns die beste Ergänzung, die das naturwissenschaftliche Weltbild braucht.

Wir müssten eine neue Psychotherapie und eine neue Somatherapie schreiben. Es gibt nichts Wesentlicheres in der Menschengeschichte: Jeder Mensch auf dieser Erde, jeder – jeder Mann, jede Frau, jedes Kind –, jedermann trägt den Geist Christi immerzu in sich. Nichts ist der psychischen und somatischen Natur des Menschen näher als die Heilkraft Christi. Selbst die Haut des Menschen ist dem Menschen weiter weg als der Geist Christi. Ohne den Geist, die Gestalt, das Prinzip „Christus in jedem Menschen“ bewusst anzustreben, bleibt alle Psychotherapie letztlich wahrheitsfern, damit unwissenschaftlich, darum altmodisch, unzureichend und vorläufig.

Nach 300 Jahren des Zeitgeistes der humanistischen Aufklärung – das heißt, der vernünftige Mensch sei Ziel und Maßstab aller Dinge, und die Entheiligung, Säkularisierung des öffentlichen und des wissenschaftlichen Alltags sei notwendig –, nach dieser Aufklärung kommt nun, heute und morgen, die entscheidende Ergänzung: Christus ist als wissende Schöpferkraft und ewige Wahrheit unabdingbar jedem Menschen und jeder Sache immanent.

Die Schweizer Ärztezeitschrift veröffentlichte 2002 in ihrer Ausgabe Nr. 15 die stark gekürzte Fassung eines Vortrages, den Prof. Staehelin am 2. Februar 2002 in Zürich auf einer Psychotherapieveranstaltung gehalten hat, und den wir hier auszugsweise wiedergeben.

Jeder Mensch hat Christus in sich

Christus als das neu Modernste

Wie komme ich dazu, als Mediziner, als Psychotherapeut über Gott, über Gottes Sohn und über Gott Heiliger Geist öffentlich zu sprechen – theologisch gemäss der Theologie unserer Landeskirchen?

Dazu noch: Ich weiss, dass ich ein Sünder bin, war und wohl immer bleiben werde. Ich sollte also bei religiösen Dingen besser schweigen oder warten, bis ich vollkommen sein werde – wie wohl der Sohn Gottes ausgesprochen gern zu den Sündern gekommen ist.

Schwiegen wir Sünder aber immer und suchten nicht, über Gottes Wahrheiten zu sprechen und Gottes Stimme in unserem Innern und im Innern des Nächsten, der Nächsten im Gebet zu vernehmen, dann änderte sich in einer heute mehr noch gottlosen Psychotherapie, Medizin, Wissenschaft, Politik, Gesellschaft, Alltag nichts, nichts auf Gott hin.

Und nun aber gerade in diesen Jahren geht der 400jährige gottlose Zeitgeist der Aufklärung und der Entheiligung, Säkularisation wieder über in einen Gott und seine Wahrheiten neu suchenden neuen Zeitgeist.

Die christliche Therapiearbeit ist am Beginn einer neuen Glaubensepoche

Die Schulmedizin, die Spitäler und die Arztpraxen in den USA und England, in zunehmender Weise auch in der deutschen Schulmedizin, sind in einer schon grossartigen Art offen und praktizierend für Christus, offen für Gebet, christliches Beten, Fürbitten, christliches Gebetsheilen, durch Liebegeben. In der Schweiz sind wir erst am Erwachen für diese neuen Gebetstherapien. Wir sind erst beim erwachenden Augenreiben. Aber manche kämpfen schon für den Einzug des oft helfenden und heilenden Christus medicus in die Schulmedizin.

Ich selbst habe eine Gebetstherapie entwickelt – die psychosomatische Basistherapie –, auch Christustherapie genannt – und führe seit Jahren eine entsprechende Gruppenarbeit. Auch sind wir daran, eine schweizerische Verbindung für christliche Psychotherapie aus der Taufe zu heben.

Vom psychosomatischen, vegetativen Psychosyndrom

Das häufigste Störungsbild in der gesamten Medizin ist das psychosomatische, vegetative Allgemeinsyndrom, ist das Leib-Seele-Gemeinschaftsgeschehen. Etwa ein Drittel aller Patientinnen und Patienten in den Sprechzimmern der Allgemeinärztinnen und -ärzte leidet darunter.

Ich habe auf der medizinischen Poliklinik des Universitätsspitals Zürich während 35 Jahren die psychosomatische Sprechstunde geführt. Ich habe wissenschaftlich vornehmlich mit diesem psychosomatischen Angstsyndrom gearbeitet und tue das auch heute weiter in meiner Privatpraxis. 35 Jahre lang habe ich diese angstvollen Patientinnen und Patienten vor allem nach der Ursache und der Behandlung untersucht und dabei auch eine spezielle Therapieform entwickelt: die psychosomatische Basistherapie – eine Therapieform, die den Glauben an den dreifaltigen Gott aufbauen, vergrössern und vertiefen will.

Das in die Augen springende Wesentliche für die Therapie sehe ich darin, dass diese psychovegetativen Patientinnen und Patienten in ihrer Grundstimmung zuwenig Vertrauen, zuwenig Urvertrauen, zuwenig Halt bekommen haben, zuwenig Glauben, Hoffnung, zuwenig Liebe.

Das naturwissenschaftliche Menschenverständnis als die Grundlage der derzeitigen Schulmedizin kennt den Menschen, seine Psyche und sein Soma, seine Psychosomatik, seine charakteristische Unsterblichkeit nicht. Vor der Unvergänglichkeit jedes Menschen Natur steht die nur naturwissenschaftliche Schulmedizin noch etwas verständnislos gegenüber.

Die Unvergänglichkeit jeder Natur des Menschen verlangt deshalb für ihr Morgen ein Menschenbild, das in der ewigen Eigenschaft des göttlichen Haltgebens, des Liebegebens und des ewigen Vertrauengebens seine therapeutischen Wurzeln hat. Ich fand und finde dieses entscheidende Menschenbild im christlichen mystischen Menschenverständnis.

Jeder Mensch hat Christus in sich

Viele Menschen, unsere Mitmenschen, wir, mit oder ohne vegetativem Allgemeinsyndrom – wir haben es soeben angedeutet – haben Angst, unbewusst, haben zuwenig inneren Halt, zuwenig Glauben, zuwenig Liebe. Sie leben nicht vom zwar meist unbewussten Gefühl, von etwas Ewigem Heiligem gehalten, geführt und ernstgenommen zu werden. Sie haben nicht das Empfinden, wie es der seelisch ganz Gesunde hat: es wird schon irgendwie (in alle Ewigkeit) gut gehen.

Diese verängstigte, neurotische Haltlosigkeit, diese Glaubensunfähigkeit, dieses Fehlen von genügendem Urvertrauen, Weltvertrauen, dieses Mangelhafte ist nun in der Therapie dieser so häufigen Krankheiten das zentrale Anliegen. Die Fähigkeit des Menschen, glauben zu können, dass alles schon einmal gut kommen wird – diese Grundstimmung zu erreichen, ist das Ziel solcher Behandlung. Es bieten sich hier an: Schulmedizin, Komplementärmedizin, Physiotherapie, Medikamententherapie, kleine und grosse Psychotherapie, christliches Gebetsheilen ...

Und auch dieses hat sich mir im täglichen Umgang mit Starken, Gesunden und mit den Patientinnen und Patienten mit dem psychosomatischen, vegetativen Psychosyndrom sowohl durch verstandesmässige Beobachtung als auch durch herzensmässige Erfahrung und durch Glaubensgewissheit ergeben: *Christus ist in jedem Menschen.*

Das ist auch der Grund, warum ich in meiner psychotherapeutischen Praxis immer mehr diesen uns so nah anwesenden Christus mit Gebet und Gespräch – für dafür geeignete Kranke – bitte, an der Therapie mitzumachen. Ich möchte eine neue, christliche Gebetspsychotherapie aufbauen ...

Ohne dieses Einwirken Gottes in die Inwendigkeit jedes Menschen gäbe es kein vergängliches und kein unvergängliches Leben für den Menschen.

Wenn es aber Wahrheit ist, dass das naturwissenschaftliche Menschenbild sich ergänzen muss mit diesem spirituellen, mystischen Menschenbild, dann hätten wir auch in der Psychotherapie, in der Psychiatrie, der Psychosomatik und Psychologie diesen Christus in jedem Menschen aufzunehmen in diese Fächer.

Fallbeispiel einer Gotteserfahrung

Mir scheint es angebracht, hier ein Fallbeispiel einer christlichen Gotteserfahrung anzugliedern.

Vor etwa vier Jahren behandelte ich psychotherapeutisch eine damals 45jährige Geschäftsfrau. Die Frau litt an einem starken psycho-vegetativen Syndrom mit angstvoller Grundstimmung, reaktiven Depressionen und an einer Neigung zu Magen-Darm-Störungen. Sie hatte ein grosses Sehnen nach Gott, ohne aber schon einen gefestigten, christlichen Glauben zu haben. Die Behandlung konnte mit Erfolg abgeschlossen werden – es war eine Gesprächstherapie, einmal wöchentlich, ohne Medikamente. Der christliche Glaube kam sehr oft zur Sprache. Vor einigen Wochen erhielt ich einen Brief von dieser ehemaligen Patientin: Sie teilte mir mit, dass sich ihr durch regelmässiges, tägliches Beten eine Gotteserfahrung eingestellt hatte. Für diese Gnade ist sie sehr dankbar. Sie hatte ihre diesbezügliche gnadenvolle Erfahrung schriftlich festgehalten. Die Niederschrift dieser Erfahrung schenkte sie mir. Ich darf frei darüber verfügen. Diesen Brief hier lasse ich ohne Kommentar für sich sprechen. Nur soviel: wir haben hier eine selten klare, überzeugende und schlichte Darstellung darüber, was eine echte Gotteserfahrung sein kann. Die Frau hatte in den letzten drei Wochen den hier erwähnten Seligkeitszustand während einigen Tagen und Nächten.

„Lieber Herr Doktor!

Mein Herz jubelt, denn Christus ist immer anwesend. Er ist jede Sekunde anwesend, und sein grösster Wunsch ist es, dass wir Menschen dies glauben und spüren können. Wir sind ununterbrochen von seiner grossen Liebe berührt. Ja, er möchte das Beste für jeden Einzelnen von uns. Wir können nie ins Leere fallen, denn seine Hände halten uns auf sicherem Boden. Was auch alles Schlimme geschehen mag, er lässt uns nie im Stich! Er liebt uns unermesslich, und seine Liebe ist ohne Anfang und ohne Ende. Wir sind umhüllt von seinem Heiligen Geist: Christus stärke unseren Glauben, damit wir fähig werden, Deine Grösse in jeder unserer Zellen zu vermehren. Nichts kann uns anhaben, denn Du bist der Beschützer, Tröster, der Grossgeliebte in uns. In der weltlichen Liebe schenkst Du uns einen Menschen, bei dem wir ansatzweise Deine grosse Liebe erfahren dürfen. Wir danken Dir für Deine Geduld mit uns. Du weißt, zu was allem wir fähig sind ohne Deine Gegenwart. Du schenkst uns das Grösste, Beste, und wir sind nicht fähig, all Deine Wunder in ihrer Grösse zu verstehen. Schenk uns Weisheit und Geduld für alles, was uns der Alltag zuträgt. Wir danken dir, Jesus Christus, für Deine Güte und Liebe. Mach uns fähig, Dir immer ähnlicher zu werden. Die Welt benötigt viele Menschen, die Deine Liebe an den Nächsten weitergeben, Zuversicht und Licht ins Dunkle tragen zu können. Deine Liebe, mein Jesus, mein Geliebter, will ich stets tief in meinem Herzen bewahren und weitertragen. Vergib uns unsere Verfehlungen, Sünden, die wir so oft unbewusst machen und nicht erkennen und unterscheiden können, ob es Dein Wille ist oder der Satan uns ins Ohr einflüstert. Alles geschehe nach Deinem Willen!“