

Es folgt der Vortrag der Vorsitzenden und Gründerin, Renate Jelitto, mit dem Thema

„Wie alles begann“ oder

„Wie können wir ganz logisch Krankheit verhindern?“

Sie ist als Heilpraktikerin für Psychotherapie und Traumatherapeutin seit 13 Jahren in eigener Praxis tätig mit der besonders wirksamen und nachhaltigen Therapiemethode EMDR, was so viel wie Desensibilisierung durch Augenbewegung bedeutet. Sie nennt aus ihrer Praxis heraus uns einige Fallbeispiele, die verdeutlichen, wie sehr Gedanken, Nerven und Organe in direkter Verbindung stehen. Sie erzählt uns, wie aus seelischen Belastungen körperliche Erkrankungen entstehen:

Wenn man sich den Rücken verbiegt, sich wie das Bäumchen mit dem Wind dreht, um es jedem recht zu machen. Irgendwann ist dann die Bandscheiben-OP dran. Oder „mir läuft die Galle über“, mein Magen rebellierte, der Darm spielt verrückt, will nichts mehr loslassen oder nichts mehr behalten. Der Darm nimmt alle Stimmungen auf, in enger Verbindung mit dem Hirn. So wie auch die Gelenke für Beweglichkeit stehen, gilt das auch für geistige Beweglichkeit. - Aber lieber werden die Knie oder die Hüfte operiert, bevor man umdenkt.

Menschen mit über 30-jährigen Schmerzen im Schulter-Nacken-Bereich an die Ursache des Entstehens des Schmerzes führen, z.B. weil der Vater ihm einen Beruf aufgezwungen hat. Mit der Erkenntnis und der Bearbeitung ist der Schmerz weg noch während des Gesprächs. Keine Schulmedizin hält das für möglich, aber was zählt, ist das Ergebnis: die Schmerzfreiheit. Und das nur durch den Perspektivenwechsel.

Die Logik führt uns auf die andere Seite der Betrachtung, weg von der eigenen Belastung!

Damit bin ich schon bei der häufigen Frage,

II. Wie bin ich auf ein solches Projekt gekommen?

Ich kann nur einzelnen Menschen helfen. Aber kann man denn bei solch deutlichen Ergebnissen noch anders handeln, als das Bewusstsein an viele Menschen weitergeben zu wollen? Die Antwort ergibt sich von selbst.

Es war im Frühjahr 2018, als gehäuft Patienten kamen und schimpften über ewig lange Wartezeiten auf einen Therapieplatz. Die psychiatrischen Kliniken seien voll. Die Psychotherapeuten mit Kassenzulassung hätten ähnlich lange Wartezeiten, und dann folgt jahrelange Therapie. – „Jetzt ist Schluss, schimpfte die erste! Vier Jahre schon renne ich jede Woche zur Therapie, aber ich komme keinen Schritt weiter.“

Vier Jahre zum Kassentherapeuten? Das hat mich sehr irritiert! Die Krankenkasse bezahlt bis zu 200 Stunden, wie ich dann erfuhr, und einmal pro Woche ergibt dies also 4 Jahre. Aber das Leid habe damit noch kein Ende. Seit einem halben Jahr wird es immer schlimmer, sie komme immer schneller in Panikzustände.

Jetzt würde sie lieber selbst ihre Sitzungen bezahlen, Hauptsache sie sei endlich frei von Panikattacken.

Eines ist klar: mit Gesprächstherapie kann man kein Trauma auflösen. Das Trauma wird mit jedem Gespräch neu angestoßen, die alten Bilder sind wieder da und verursachen inneren Aufruhr, ja sogar Panik. Und dann ist die Therapiestunde zu Ende.

Jeder zweite/dritte Patient sprach so oder so ähnlich. Die Häufung war so auffällig, dass ich mich hinsetzte und zusammenfasste, was die Menschen, die von den Kassentherapeuten zu mir kamen, gebraucht hätten, besser gesagt, was ihnen gefehlt hat. Dass etwas geschehen muss, wurde für mich immer deutlicher.

Ich erfasste vier Themenbereiche, was der Mensch im täglichen Leben braucht oder sich wünscht, welche Anregungen oder Hilfe er benötigt. Daraus entstanden vier Säulen der Bedürfnisse und Notwendigkeiten. Einfach Gesundheit anders zu denken.

Fast zwingend ergab sich meine Vision, ein Haus zu bauen, ein Haus der Resilienz!

III. Was hat mich zu diesem Baustil inspiriert?

Da saß ich nun mit vier Säulen, aber wie kann ich diese vier Säulen in einem Baustil vereinen? Keinesfalls sollte es ein weiteres Krankenhaus sein. Eine Begegnungsstätte für Rat und Hilfe in jeder Lebenssituation, für Fortbildung, Essen und Kochen, Kinder zu einer freien Entwicklung, einer neuen Klarheit zu führen.

Ich saß in meinem Esszimmer und schaute sinnierend zum Fenster. Da fiel mein Blick auf ein Glücksklee-Pflänzchen aus Silvester, es war inzwischen Sommer. Ein Trieb in Übergröße war geil nach oben gewachsen und klebte direkt mitten auf der Fensterscheibe: Ein Kleeblatt mit vier Blättern.

4 Säulen – 4 Blätter ... genau das war es!

Die 4 Elemente, die für die Traditionelle Europäische Medizin stehen: FEUER – WASSER – ERDE – LUFT.

Damit war der Baustil kreiert. Jedem dieser Bereiche habe ich seiner Bedeutung nach eine Farbe zugeordnet, eine Farbe der Vier-Elemente-Lehre, die bis zur Zeit der Aufklärung gängige Medizin war.

ROT steht für **FEUER** – auch die **WURZELN** sind ROT Das ist der Bereich **HEILEN**: Wenn dem Menschen das Feuer ausgegangen ist, wollen wir es wieder entfachen. wenn er seine Wurzeln verloren hat, sind sie bewusst zu stärken oder neu zu setzen.

BLAU steht für **WASSER** – für **WISSEN und Geistige Klarheit**: Wasser macht aufnahmefähig, am Wasser sitzen bringt Ruhe ins System. Seminare besuchen bringt Erkenntnisse zur erweiterten Sicht. Somit steht BLAU auch für Lernen. Ein Patient hat mir dazu spontan erzählt, dass in seinem Kinderzimmer fast alles BLAU war. Die Antwort auf meine Frage nach seinen Schulnoten war: EINSERSCHÜLER!

GRÜN steht für **ERDE** –. Es steht für Materie, die Erde, die uns nährt.- **NÄHREN** Sie gibt uns Festigkeit, Sicherheit, aber auch Wachstum und Kreativität

GELB steht für **LUFT** -: Luft gibt Leichtigkeit, spielerischen und neugierigen Lernantrieb, also **LERNEN** Entwicklung.

Die Farben dieser vier Entwicklungs- und Lebensbereiche sind in den vier „Klee-Blättern“ integriert. In der Mitte das Foyer, das Zentrum, das alles verbindet, das Herz des Hauses, das ich gerne als **LILA** darstelle.

Hier wird eine Software installiert sein, die nach Dr. Rüdiger Dahlkes „Krankheit als Symbol“ jedes Symptom erfasst und dokumentiert, was den resilienten Menschen ausmacht, mit Widerstandsfähigkeit für Körper, Geist und Seele. Daraus resultiert die Frage nach der passenden Therapieform.

Wir wissen längst: Jede körperliche Erkrankung hat einen psychischen Hintergrund. Also soll ein Haus der Resilienz entstehen, in dem nicht Medikamente im Vordergrund stehen, nicht das Symptom herausgeschnitten werden, sondern unsere fünf Sinne befragt werden.

Trotz aller Klarheit und Zuversicht gab es gleichzeitig auch die Gewissheit, dass es noch einige Jahre dauern würde, bis das Haus bezugsfertig sein würde. So lang wollte ich aber nicht warten. Deshalb habe ich im Vorfeld schon den Verein gegründet. Zusammen mit unseren Therapeuten und Coaches können wir bereits jetzt schon vielen Menschen helfen. Meine Praxis steht zur Verfügung.

Doch die Hürde, einen Antrag zu stellen auf Therapieübernahme, scheint noch groß zu sein. Oder wir sind noch zu wenig bekannt dafür. Gerne dürfen Sie draußen darüber sprechen. Doch das wiederum setzt einiges Kapital im Verein voraus, obwohl die Therapeuten für nur 1 Euro pro Minute arbeiten.

Der Verein „Salvador Ruhepol Fürth e.V.“ ist gemeinnützig, seit 5. November 2020 im Registergericht Fürth eingetragen und ist befugt, Spendenquittungen auszustellen.

Er übernimmt quasi seit seinem Bestehen die Therapiekosten für Menschen in finanziell schwieriger Lebens-Situation.

Er hat inzwischen etwa 65 Mitglieder, davon 29 Therapeuten und Coaches.

Der Verein kann auch ohne das Haus existieren. Wenn aber das Haus steht, wird er seinen Sitz im Bereich HEILEN einnehmen und weiterhin seiner satzungsgemäßen Bestimmung nachkommen.

In der Broschüre finden Sie einen Mitgliedsantrag, auf dem Sie das Vereinskonto als Fußnote am Ende der Seite finden. Der Verein braucht natürlich weiterhin Mitglieder und Sponsoren, um möglichst vielen Menschen helfen zu können.

Und er braucht ehrenamtliche Helfer, die vertraut sind mit Marketing und Öffentlichkeitsarbeit.

Wir planen außerdem ein Bildungsprogramm auf dem Gesundheitssektor für Mitglieder und Nicht-Mitglieder. Mit einem eigenen Schulungsleiter, der einen Teil der Geldeinnahme als Spende an den Verein geben wird. Das wird die Grundlage einer Bildungsakademie in der Zukunft.

Und der Verein so wie später auch das Haus, wird immer Therapeuten und Coaches brauchen, die den Weg mit uns gehen wollen mit der gleichen Überzeugung, Gesundheit neu zu denken. Bereits heute rufen Menschen als Selbstzahler an und fragen nach einem Therapeuten, der für ihr Problem richtig ist.

Derzeit haben die Therapeuten und Coaches die Möglichkeit, bereits Menschen zu behandeln in ihren eigenen Praxen, oder sie können kostenlos meine Praxisräume nutzen in Fürth-Hardhöhe.

Denn wir wissen: 90 % aller Krankheiten kommen aus der Psyche. Oder, wie Dr. Rüdiger Dahlke sagt: Jede Krankheit hat einen psychischen Hintergrund! Wir laufen alle mit unseren Kindheitstraumata herum und wundern uns manches Mal über seltsame Reaktionen, ohne sie einordnen zu können.

Unser Motto lautet:

Ist der Mensch in der Balance, hat Krankheit keine Chance!

Woher kommen diese Sprüche, dieses Motto? Spüren wir doch mal hinein in die Thesen von Dr. Rüdiger Dahlke. Er ist Arzt und Psychotherapeut. Er kommt ursprünglich aus der Schulmedizin und weiß genau, wovon er spricht.

Er hat inzwischen schon über 80 Bücher geschrieben.

Nach dem beeindruckenden Bestseller „**Krankheit als Weg**“ (2008) spricht er vielen mit seinem Buch „**Krankheit als Sprache der Seele**“ (1997) sprichwörtlich aus der Seele.

In dem Buch „Krankheit als Sprache der Seele“ geht es bereits gezielt um neurologische Krankheitsbilder wie:

Multiple Sklerose, Epilepsie, Parkinson, Alzheimer, aber auch Schilddrüsenstörungen, Wirbelsäulen- und andere Gelenk-Probleme.

Selbst Gürtelrose, Prostata-Beschwerden, Herpes-Infektionen, Psoriasis (die Schuppenflechte), und scheinbar banale Beschwerden wie Haarausfall, Fußpilz und Warzen. Immer häufiger geht es auch um Krebs.

Rüdiger Dahlke beschreibt in seinen Büchern die Krankheitsbilder so, dass die Betroffenen sich mit ihnen auseinandersetzen können und sie selbst zu deuten verstehen. In seinem Buch „Krankheit als Symbol“ beschreibt er noch detaillierter die Hintergründe nahezu aller bekannter Krankheiten und Symptome.

Das ist nicht einfach ein Buch nur zum „Lesen“, das ist ein Nachschlagewerk. Was einen gerade umtreibt an störendem Körperfaktor, bekommt man beschrieben: woher die Störung kommt, welcher Emotionsbereich dahintersteckt und wie er zu bearbeiten und einzulösen ist. Grundsätzlich hängt es vom Betroffenen ab, was er aus seiner Krankheit macht.

Spätestens hier entsteht eine Logik, wenn man den körperlichen Bereich dem dazu gehörenden Lebensbereich zuordnet.

Wichtig ist vor allem, die Botschaften der Krankheitsbilder anzunehmen, die positive Absicht darin zu erkennen, aus den Symptomen zu lernen und geistig zu wachsen. Die Vollkommenheit als Lernziel? Wer möchte nicht gerne vollkommen sein? Jedes Krankheitsbild verdeutlicht die fehlenden Elemente zur Vollkommenheit. Ich finde das unglaublich spannend, dazu stehen zu können.

Aber natürlich werden wir niemals Vollkommenheit erreichen, so sehr wir uns auch bemühen. Aber die Auseinandersetzung damit kann für den Kranken eine völlig neue Entwicklung einleiten.

Wie die Dinge auch liegen, wie ich auch aufgewachsen bin: man wird in späteren Jahren immer gewisse Denkstrukturen erkennen, die man mitgenommen hat aus der Herkunftsfamilie, die zu Glaubenssätzen geworden sind. Was als genetisch bezeichnet wird, sind oft familiäre Denkstrukturen.

Deshalb ist das immer individuell zu sehen. Bei dem einen wird als positiv gesehen, was beim anderen sich genau negativ ausgewirkt hat. Und wenn es die hochgezogene Augenbraue der Mutter ist, die die Tochter, den Sohn geärgert haben. Manchem wäre der Donner lieber gewesen.

Menschen machen Fehler, das ist uns bekannt seit der Ausweisung aus dem Paradies.

Und wir Menschen machen sogar notwendigerweise Fehler, denn nur aus Fehlern lernt man. Es geht darum, die Fehler zu erkennen, den Weg zurück zu erforschen, um das Krankheitsbild zu verlassen.

Wir haben also die zur Vollkommenheit fehlenden Elemente auszugleichen und als Entwicklungschance zu sehen. Nur aus unseren Fehlern lernen wir, nicht aus unseren glatten und perfekten Verhaltensweisen, die von einem Erfolg zum anderen führen. Auf der Erfolgswelle wird man leicht weitergespült, ohne nachzudenken; die Erwartungshaltung wird selbstverständlich.

Das macht unachtsam, für sich selbst, aber auch anderen Menschen gegenüber. Der Erfolgreiche wird immer glatter, jovialer, lauter, sieht andere kaum noch. Das Ergebnis ist oft Hochmut. Und wie Sprichworte deutlich machen: Hochmut kommt vor dem Fall. - Nun kommt es darauf an, wie hat sich der Gefallene beschädigt, was hat ihm der Körper gezeigt, wie schnell stellt sich der Gefallene dem Thema? War seiner Meinung nach jemand anderer schuld an seinem Fall? Oder erkennt er sich selbst dahinter und kann daraus lernen und daran wachsen?

Häufig sind es aber Situationen, mit denen man nicht umgehen kann. Wie z.B. eine junge Frau, deren Lieblingsonkel gestorben ist. Gar zu gern war sie fröhlich neben ihm gesessen bei Familienfeiern. Nun ist er nicht mehr da! Ganz schleichend kommt eine seltsame Lähmung auf, Schmerzen in der Schulter, bis sie ihren rechten Arm gar nicht mehr heben kann. Sie geht von Arzt zu Arzt, Spezialuntersuchungen, bis hin zu Krankenhaus-Aufenthalten. Doch es gibt keine Diagnose, nur Schmerztabletten. 8 Jahre lang dauerhafte Einnahme von Schmerztabletten. Bis sie zu mir in die Praxis kommt, EMDR sozusagen als letzte Hoffnung. Tatsächlich erkennen wir gleich in der ersten Sitzung den Zusammenhang mit dem Tod des Onkels. Sie hatte sich sehr identifiziert mit ihm, erst recht nach seinem Tod. Ihre Seele sendet das Signal Schmerz, will verhindern, dass sie den gleichen tödlichen Weg geht wie der Onkel.

Nach der Sitzung steht sie strahlend in meiner Praxis, Arme oben, dreht die Hände über ihrem Kopf, wie beim Flamenco-Tanz und sagt: „Seit acht Jahren kann ich das das erste Mal wieder.“ - Und es hat angehalten!

Hier haben wir nun schon ganz kompakt und greifbar Krankheitsdeutungen. Die Liste allein meiner Beispiele wäre endlos.

Krankheitsbilder nun zu bewerten und Menschen in ihrem Umfeld für schuldig zu erklären, „da ist er doch selber schuld, wenn er krank ist“ ...wäre oberflächlich und dumm. Es gibt keine Schuld, wenn jemand krank ist. Den eigenen krankheitsführenden Weg zu erkennen, ist äußerst schwierig. Denn dieser Weg kann für jemand anderen mit anderen Voraussetzungen genau der richtige gewesen sein. Es bedarf einer großen Offenheit und Bereitschaft.

Wie wir unser tägliches Leben gestalten, führt nicht immer zur Erkenntnis.

Wie oft sind wir getrieben vom Leistungsgedanken hin zur Anerkennung und gesehen zu werden, getrieben davon, Erfolg zu haben und diesen Erfolg sichtbar zu machen. Wie oft führt das in der heutigen Zeit in den Burnout, weil man die Anzeichen für die eigenen persönlichen Grenzen nicht beachtet hat. Oder sie noch gar nicht kennt.

Vielleicht ist man sogar im falschen Beruf, der keine Freude macht? Aber weil der Job gut bezahlt ist, kann und will man nicht raus.

Der Weg zu neuen Zielen ist oft holprig.

Manchmal müssen wir ihn mehrfach gehen, bis wir die persönlichen Stolpersteine kennen.

Heißt das eigentlich, dass ein Heiler, ein Therapeut, die Krankheitsbilder am besten behandeln kann, wenn er sie selbst schon mit Leib und Seele durchlebt hat? NEIN, im Gegenteil. Es ist gut und reicht aus, wenn er sie bei anderen täglich miterlebt und dadurch die Wege kennt?

In gewisser Weise kann sich der Heiler als Seelenführer verstehen. Seine Heilung führt zwingend durch die inneren Welten.

Ob er diese Heilung bei sich selbst erfahren hat oder bei seinen Patienten gesehen, erkannt und aufgelöst hat. Mit jedem Schritt ist er auf dem Weg zu einem guten Heiler.

Vergleichbar mit einem Reiseführer: Schließlich soll ein Reiseführer das Land, durch das er führt, vorher auch kennengelernt haben.

Er muss nicht wirklich alle Wege selbst gegangen sein, er kann sie per Video miterlebt haben. So wie sich auch ein Arzt in den Erfahrungsraum von Krankheiten begibt, so wird vom Psychotherapeuten erwartet, dass er die eigenen und die kollektiven Seelenlandschaften ausgiebig bereist hat, und dass er weiß, wohin er seine Patienten begleitet.

Wir können die Geschehnisse betrachten, bewerten, die Perspektive verändern und die schwere Last aus dem Körper nehmen, wo auch immer sie sich niedergelassen hat. Aber dazu sollte der Mensch erst mal bereit sein, der Seele Gehör zu schenken, bereit sein, die schmerzhaften Ereignisse nochmal anzuschauen, um sie dann in ihrer Logik zu erkennen und loszulassen. Das fühlt sich sehr nach Leichtigkeit an. Das höre ich ganz oft von meinen Patienten. Da gibt es anfangs viel Tränen, aber in der Folge der Erkenntnisse auch viel Spaß.

Der Seele Gehör schenken... so wie ich der Fehlermeldung an einem technischen Gerät Aufmerksamkeit schenke. Und wenn die Fehlermeldung im Auto leuchtet, bin ich ganz schnell, damit in die Werkstatt zu fahren. Hier kommt niemand auf die Idee, den Hammer zu holen und auf die Lampe zu schlagen, damit sie aufhört zu leuchten.

Nein! Man besteht auf schneller Reparatur. Beim Körper hat man keine Bedenken, sich Hämmer einzuwerfen. Obwohl klar ist, dass sie keine Heilung bringen können, nur das Hirn vernebeln oder den Körper lähmen. In jedem Fall schädigen sie letztlich weitere Körperteile.

Hier wäre die Therapeutische Praxis die richtige Reparaturwerkstatt!

Aber wie die Autoreparatur haben private Sitzungen auch ihren Preis, das kann oder will sich nicht jeder leisten. Selbst bei der schnellsten Therapiemethode dauert es einige Sitzungen. Minimum zwei, maximal 10, selten mehr. Und nicht jeder hat jemanden, bei dem er/sie sich dafür Geld leihen könnte.

Unerträglich für mich. Ich biete in meiner Praxis zwar soziales Honorar an (den halben Preis), doch auch das ist für Alleinverdiener und Alleinerziehende oft noch zu viel.

Deshalb bin ich sehr froh, dass wir den Verein haben zur – fast – jederzeitigen Hilfe. Und ich bin sehr froh, dass ich viele engagierte Mitglieder um mich herum habe, denen ich an dieser Stelle von Herzen danke, bevor ich zum Ende komme.

Eigentlich hätte ich gerne noch die Schattenbereiche angesprochen. Denn ein ganzer Mensch besteht nun mal aus Licht und Schatten. Und was dabei mit unserem Körper passiert, der sozusagen das Blinklicht unserer Seele ist, dem wir nur so ungern folgen wollen.

Aber meine Zeit ist zu Ende. Vielen herzlichen Dank für Ihre /Eure Aufmerksamkeit.