

War Paracelsus bereits der erste Salutogoge?



Theophrast Bombast von Hohenheim 1493 - 1541

Diplomarbeit zum Gesundheitsförderer

Eingereicht von Marko Cik

Im März 2013

Betreuerin: Anna Starschowitz, Schlossberginstitut GmbH

Danksagung

Nun endlich ist es so weit dass ich mich mit der Danksagung beschäftigen kann ☺

Irgendwie ist es ein sehr schönes Gefühl eine Sache zu erledigen und fertig zu stellen! Da fallen einem gleich einige Kilos an Ballst von den Schultern.

Die erste Lernkontrolle habe ich am 28. Februar 2010 abgegeben. Ja, es sind mehr als 3 Jahre dazwischen, bis ich endlich die Diplomarbeit auch beendet habe. Leider geht es im Leben nicht immer so wie man es sich vornimmt.

Trotzdem bin ich der Meinung, dass ich nicht versagt habe, nur weil ich die gesetzten Ziele in der von mir vorgegebenen Zeit nicht erreicht habe. Wichtig ist, dass man es zu Ende bringt. Vielleicht waren die Ziele auch nur zu euphorisch gesteckt oder es war die Zeit einfach noch nicht reif dafür - getreu der Motto „ist der Schüler bereit kommt der Meister“, bin ich überzeugt, dass alles einen Sinn hat - so auch dies, dass ich nicht eher mit meiner Diplomarbeit fertig geworden bin.

Es ist wie es ist, und es ist gut so!

Da es sich aber eigentlich um eine Danksagung handelt möchte ich mich an dieser Stelle bei drei außergewöhnlichen Menschen bedanken.

Danke Dir liebe **Joe-Petra Gabauer** für Deine motivierenden, offenen Worte. Wenn ich damals beim Erstgespräch nicht dieses tolle Gefühl der Sicherheit, Kompetenz und Glaubwürdigkeit gespürt hätte, würde ich vielleicht noch heute auf der Suche sein.

All das was ich damals spürte hat sich im Nachhinein auch bewahrheitet. Das Gefühl hat mich nicht getäuscht - dieses Studium war und ist einfach genial.

Danke Dir liebe **Anna Starschowitz** dafür, dass Du mir immer mit Rat und Tat zur Seite gestanden bist, mich unterstützt und motiviert hast und für mich immer ein offenes Ohr gehabt hast. Danke dass ich Dich kennenlernen durfte.

Mein letzter Dank gebührt meiner Frau **Diana** die mit mir durch alle Höhen und Tiefen ging und mir eigentlich diese Ausbildung überhaupt ermöglicht hat. Ohne Sie hätte ich nicht etliche Wochenenden zur Ausbildung nach Wien fahren können, denn da hat Sie zu Hause die Ranch geschaukelt.

Inhaltsverzeichnis

1 Das Umfeld	4
2 Das Leben des Paracelsus	6
3 Salutogenese.....	10
4 Subjektive Erfahrung des Krankseins.....	15
5 Paracelsus als ein bedeutender Lehrer Salutogenetische Ansätze.....	16
6 Krankheit versus Gesundheit.....	19
7 Literaturverzeichnis.....	24

1. Das Umfeld

Das Mittelalter beginnt zu vergehen und eine neue Zeit in der Neuzeit beginnt.

1492 Spanien wird von den Christen eingenommen das Ende der Araberherrschaft beginnt in Europa, Kolumbus entdeckt Amerika.

1493 Geburt des Theophrastus von Hohenheim in Einsiedeln

1494 Geburt des türkischen Weltherrschers Soliman der Prächtige; Geburt des französischen Königs Franz I.

1497 Vasco da Gama erforscht den Meerweg nach Ostindien, Alvares Cabral entdeckt Brasilien.

1500 Geburt des künftigen Kaisers Karl V. von Habsburg.

1515 König Franz I. besiegt die Schweizer Eidgenossen bei Marignano. Die im Nahkampf unbesiegbaren Schweizer erliegen den modernen Kanonen.

1516 Karl V. wird König von Spanien.

1517 Sultan Salim I. gewinnt Ägypten und Syrien.

1519 Karl V. von Habsburg wird deutsch-römischer Kaiser. Cortez gewinnt für Spanien das Aztekenreich, Pizzaro das Inkareich, Magellan beginnt die Schifffahrt rund um den Erdball.

1521 Martin Luther wird aus der katholischen Kirche ausgeschlossen, Sultan Soliman herrscht über Belgrad

1526 ist die Schlacht von Panipat. Babur begründet die islamische Mogulenherrschaft über Indien.

1529 Sultan Soliman belagert Wien das auch 150 Jahre türkische Vorherrschaft in Mitteleuropa bedeutet.

1533 Ivan der Schreckliche regiert in Russland und es beginnt ein blutiger Ausrottungskampf gegen den alten Adel. Endlose unglückliche Kriege mit Tataren und Türken sind ebenso die Folge.

1541 Der von Sagen umgebene Tod der Herrn Theophrastus von Hohenheim genannt Paracelsus in Salzburg. Ungarn wird türkisch.

Die Epoche in der Paracelsus gelebt hatte (1493 – 1541) war in Europa eine Zeit von gewaltiger Umwälzungen in der Denkweise und in den Gesellschaftssystemen.

Die schwierige Geburt der Neuzeit, hervorgegangen aus dem Mittelalter, nennt man auch die Renaissance. Einige berühmte Zeitgenossen von Paracelsus waren Martin Luther, Nikolaus Kopernikus, Nostradamus, Agrippa von Nettesheim, Leonardo da Vinci, Michelangelo oder auch Albrecht Dürer.

Zu dieser Zeit waren schon seit ca. hundertfünfzig Jahren moderne kulturelle Impulse aus Italien in den deutschsprachigen Raum gekommen. Neben der Philosophie verbreitete sich zunehmend die Griechische Medizin und Alchimie bald auch bis nach Deutschland.

Bereits im Mittelalter hatte antikes Wissen aus dem Osten durch die verheerenden Kreuzzüge Europa erreicht. Durch diesen „glücklichen“ Umstand wurden nicht nur antike Texte überliefert, sondern auch die wichtigsten Werke arabischer Medizin und Alchimie.

Antikes Medizinwissen, wie das in den Werken von Hippokrates, Plinius, Dioskrides und Galen, war im Gebiet des ehemaligen weströmischen Reiches auch dank der kulturellen Tätigkeit des Benediktinerordens erhalten geblieben. Diese Werke bildeten die Basis der mittelalterlichen Klostermedizin.

Die Erfindung des Buchdruckes ermöglichte auch weniger Betuchten sich dieses Wissen anzueignen. Der Vater des Paracelsus soll über eine gut bestückte Bibliothek verfügt haben. Dies ermöglichte dem jungen Theophrastus später, sich seine ersten Kenntnisse in Philosophie, Naturkunde, Medizin und Alchimie anzueignen.

Von Paracelsus sagte man, dass er auf einem „fliegenden“ Wunderpferd alle Länder durchstreift haben soll - von Ägypten bis zum Ural bis nach Tibet und Indien. Paracelsus wollte nicht wie seine Zeitgenossen kriegerische Abenteuer oder Kolonien gewinnen, er verstand sich eher als ein Conquistador oder ein Eroberer der Reiche des freien Geistes.

Die Kraft seines Geistes tröstete einfache Leute, die damals schwer unter den Religionskriegen, Hexenverfolgungen oder Seuchen gelitten haben. Die Universität in Basel an der er lehrte, hat ihn mit Verleumdungen überschüttet. Jedoch das einfache Volk in den Gaststuben hielt zu ihm, erzählte seine Taten und reichte seine Rezepte weiter. Hier entstand seine Alpendmedizin, ohne deren Kenntnis es die heutige ganzheitliche Medizin nicht geben würde.

Kolumbus erschloss durch seine Taten die Meere des Westens und Paracelsus öffnete im gleichen Jahrhundert die verschlossenen Pforten zu neuen, anderen Welten. Zu einer Zukunft, in der wir Menschen unser gesamtes angeborenes Wesen bewusst zu begreifen beginnen.

Paracelsus gehörte zu den ersten Ärzten die ganzheitliche Ansätze in der Heilung sahen und danach setzte er seine Therapie auf: Vom Umfeld über das Gemüt (Seele) bis hin zum Körper.

2. Das Leben des Paracelsus

Theophrast Bombast von Hohenheim wurde vermutlich 1493 (vielleicht auch Anfang 1494) bei Einsiedeln am Bergfluss Sihl in der Kanton Schwyz geboren.

Sein Vater Wilhelm Bombastus von Hohenheim wirkte als Landarzt in Einsiedeln und war auch ein bedeutender Naturforscher. Die Mutter war vermutlich eine geborene Ochsner und eine Leibeigene des Klosters Einsiedeln. Das Geburtshaus des Paracelsus lag direkt am Jakobspilgerweg nach Santiago de Compostella.



Das Geburtshaus des Paracelsus an der Teufelsbrücke bei Einsiedeln (Foto O.Rippe)

Einsiedeln ist noch heute wegen der dort verehrten Schwarzen Madonna eine wichtige Pilgerstation, die schon zu Lebzeiten von Paracelsus jährlich zehntausende Pilger anzog. Viele von ihnen suchten heilkundlichen und ärztlichen Rat bei Wilhelm Bombastus.

Das war auch ein Ort, wo ein Heilkundiger einzigartige Erfahrungen sammeln konnte. Die Mutter von Theoprastus war vermutlich eine Wirtin, die Pilger verpflegte. So konnten Vater und Mutter eng miteinander arbeiten und sie sorgten für das leibliche und auch das weltliche Wohl der müden und kranken Pilger.



Gedenkstein am Geburtshaus des Paracelsus (Foto O. Rippe)

Nach dem Tod der Mutter, vermutlich 1502, zogen Vater und Sohn nach Villach in Kärnten, wohin der Vater von den Fuggern (eine bedeutende Kaufmannsfamilie) als Dozent an die Bergschule berufen worden war. Gleichzeitig ließ sich Wilhelm von Hohenheim als Lizentiat (früher gebräuchliche Bezeichnung für einen Arzt, der die Erlaubnis hatte, Heilkunde an den entsprechenden Ort ausüben zu dürfen) der Medizin nieder. So bekam der junge Theoprast die Gelegenheit, schon früh die Grundlagen der medizinischen Praxis, insbesondere des Berg- und Hüttenwesens, zu erlernen. Gleichzeitig war das sein erster Kontakt zur Alchimie.

Zwischen 1509 und 1515 studierte Paracelsus Medizin an deutschen, italienischen und französischen Hochschulen. Seine Studienorte waren Tübingen, Heidelberg, Mainz, Köln, Freiburg, Wien und Leipzig. In Ferrara studierte er länger, wo er wahrscheinlich 1515 zum Doktor beider Arzneien (innere Medizin und Chirurgie) promovierte. Nach eigenen Angaben bereiste Paracelsus Spanien, Portugal, England, Brandenburg, Ostpreußen, Litauen, Polen, Ungarn, die Walachei,

Siebenbürgen und Kroatien. Er bereiste alle Orte in denen es einen intensiven Kultur und Hochschulbetrieb gab, wie z.B. Lissabon, Granada, Salerno, Paris, Venedig, Moskau.

Als Feld und Naturforscher erschloss er sich auch anderer Wissensquellen. Er selbst behauptete, 80 Bauern gekannt zu haben, welche die Kräuter nur wegen ihrer Form und Anatomie (Signatur) mit den Krankheiten verglichen haben und welche hervorragend gewirkt und geholfen haben.

Paracelsus war sich sicher, dass die sichersten und besten medizinischen Künste vom gemeinen Manne stammen.

„Würden alle derartigen Erfahrungen ungefälscht durch Rezepte und Rezeptmacher in ein einziges Büchlein geschrieben werden, dann wäre mir das lieber als alle Kommentare des Galenus und Avicenna“ (Paracelsus I/672).

Allein durch diese unorthodoxen Ansichten, Methoden und Verschreibungsweisen machte er sich naturgemäß sehr unbeliebt bei den damaligen Ärzten und Apothekern.

Bei drei Feldzügen war Paracelsus als Militärarzt tätig. Daher stammt auch sein großes Interesse an Wundarzneien. Von Schweden kommend, geriet er in Südrussland in Gefangenschaft. In dieser Zeit konnte er große therapeutische Erfolge erzielen. Wieder in Freiheit reiste er über Südosteuropa nach Venedig von dort über Apulien und Griechenland nach Ägypten, Palästina, Zypern, Rhodos und Konstantinopel. Von hier reiste er durch den Balkan zurück nach Venedig. Seine Reisebeschreibungen sind derartig voller Details, dass er diese unmöglich nur von Erzählungen haben konnte.

1524 ließ sich Paracelsus als Arzt in Salzburg nieder. Als dort bürgerkriegsähnliche Zustände waren, ergriff er Partei für die Machtlosen und musste somit Ende 1525 fliehen. Paracelsus übte immer wieder heftige Kritik an den Ärzten, Apothekern und der Obrigkeit. Damit machte er sich große Feinde und er musste sich immer wieder auf die Flucht begeben und als Wanderarzt sein Brot verdienen.

In der Zeit rund um 1530 verbrachte er ein unruhiges Wanderleben in Bayern, Schaben, Tirol und der Schweiz.

1537 bis 1540 hielt er sich in Österreich auf, hauptsächlich in Kärnten. Von allen Bergländern die er erforschte und schätzte, stufte Paracelsus Kärnten als eine wahre

Apotheke Gottes ein: „Was Bergwerke und Arzneien betrifft, so ist Kärnten das erste Land gewesen“. Kärnten ist für ihn ein gewaltiges Reich, dessen Stämme einst die erste Stelle im Herz der Alpen und ihrem Vorraum einnahmen.

Die Liste der Einwanderer und Eroberer in Kärnten ist bei Paracelsus ziemlich lang. Die wunderbaren Seen und Flüsse sind für Paracelsus Beweis, dass dieses wunderbare Land auf goldreichem Boden liegt. Durch das Zusammentreffen von verschiedenen Kulturen ist für Paracelsus in Kärnten ein einzigartiges Wissen um die Umwelt erblüht. In Kärnten und den angrenzenden Berggebieten ist nach Ansicht von Paracelsus in Adel und Volk das reiche Wissen von zierlichen Künsten entstanden. Von überall her sind Menschen angezogen worden, die den Rätseln der Schöpfungsgeschichte der Erden nachgehen wollten. Diese Menschen verstanden die wunderbaren Vorgänge der Erde und vor allem erkannten sie deren Gesetze.

Überall erkannte Paracelsus die Spuren ihrer Kunst, Steine und Metalle zu bearbeiten. Es wurden in Kärnten Münzen, Bildnisse und Gebäude gefunden, die mit wunderbaren Zierden geschmückt sind. Genau durch diesen Austausch von Erfahrungen der vergangenen Hochkulturen entstand ein tiefes Wissen um die in allen Dingen verborgenen Heilkräfte.

Gerade in Bezug auf Kärnten verweist er auf sprudelnde, warme Brunnen mit trefflichen heilenden Kräften. Paracelsus liebte und wählte Kärnten bewusst als seine zweite Heimat, weil er hier im Volk das uralte Wissen um die „Quinta essentia“ fand. Das war für Alchimisten die geheimnisvolle, in den vier Elementen verborgene fünfte Urkraft, die sie auch gelegentlich dem Magnetismus gleichsetzten.

Wenn man in Ehrfurcht mit der Natur lebt, und den Bächen und Wäldern lauscht, kann man, wie ich, diese Liebe zur wunderbaren Heimat Kärnten mit Paracelsus nur teilen. Und ich garantiere, dass man diesen Zauber, die Energie und diese Vielfalt heute noch spüren kann!



1540 zog er nach Salzburg. Dies war auch seine letzte Station. Am 24. September 1541 nahm sein Leben ein Ende.

Grabmal des Paracelsus in Salzburg (Foto O. Rippe)

*„Willst Du den Körper
behandeln, so musst du
vorher die Seele heilen.
Körper und Seele sind eins
und jeder erkrankt, oder heilt
nicht ohne dieses.“*

Leitsatz der Hypokratischen Lehre

3. Salutogenese

Das Wort Salutogenese leitet sich von lat. *salus* für Gesundheit, Wohlbefinden und *genese* von griechisch *genesis*, Geburt, Ursprung, Entstehung. (aus Wikipedia, der freien Enzyklopädie)

Man kann das Wort mit „Entstehung der Gesundheit“ übersetzen.

Der israelisch-amerikanische Medizinsoziologe Aaron Antonovsky (1923 – 1994) prägte den Ausdruck in den 70er Jahren als komplementären Begriff zur Pathogenese. Nach dem Salutogenese-Modell ist Gesundheit nicht als Zustand, sondern als Prozess zu verstehen.

Antonovsky kam zu der Erkenntnis, dass der Einzelne selbst wesentlich zu seiner Gesundwerdung beitragen kann.

Salutogenese bedeutet Selbstbestimmung, Persönlichkeitsentfaltung und das Gefühl der Selbstverwirklichung.

Während in der Medizin Therapie häufig die Behandlung von Symptomen bedeutet, wendet sich die Salutogenese dem Patienten in einem ganzheitlichen Ansatz zu.

Nicht einzelne Symptome, sondern der gesamte Mensch wird behandelt. Ein weiteres wichtiges Merkmal des Salutogenese-Konzeptes ist, dass dem Betroffenen selbst Kompetenz und die entscheidenden Kräfte zugesprochen werden, die zu seiner Gesundung beitragen.

Antonovsky schuf den Begriff des „Kohärenzgeföhles“. Dies bedeutet, dass der einzelne Patient in dem sicheren Vertrauen lebt, dass er auf sein Leben und damit auch auf seine Gesundheit entscheidenden Einfluss hat und den inneren und äußeren Einflüssen begegnen kann. Hierzu gehört zunächst, dass äußere Einflüsse erfahrbar, erfassbar und erklärbar sind.

Ein weiteres wichtiges Element ist, dass dem Betroffenen Ressourcen zur Verfügung stehen, die ihm eine Antwort auf die äußeren Einflüsse ermöglichen. Daraus resultiert, dass es sich für jeden Einzelnen lohnt, sich den Herausforderungen der Umwelt mit größter Anstrengung und Engagement zu stellen.

Versteht man Gesundheit nicht als Abwesenheit von Krankheit sondern als Anwesenheit von Lebensqualität, ergeben sich in der Medizin völlig neue Denkansätze.

Salutogenese gibt als Modell hiermit dem Klienten die eigene Kompetenz an seiner Gesundwerdung, an seiner Therapie mitzuwirken – in größtmöglicher Eigenverantwortung.

Das Kohärenzgefühl drückt aus, in welchem Ausmaß man ein durchdringendes, andauerndes und dennoch dynamisches Gefühl des Vertrauens hat, dass:

1. die Stimuli, die sich im Verlauf des Lebens aus der inneren und äußeren Umgebung ergeben, strukturiert, vorhersehbar und erklärbar sind,
2. einem die Ressourcen zur Verfügung stehen, um sich diesen Anforderungen zu stellen,
3. die Anforderungen Herausforderungen sind, die eine Anstrengung und ein Engagement lohnen.

Kohärenz entwickelt sich aus drei Elementen:

Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Bedeutsamkeit.

Verstehbarkeit

- Mit Verstehbarkeit meint Antonovsky, dass Einflüsse oder Eindrücke als kognitiv sinnhafte Informationen wahrgenommen werden, die strukturiert, vorhersehbar und erklärbar sind.
- Es entsteht der Eindruck der Geordnetheit, Überschaubarkeit und Vorhersagbarkeit, sowohl von internen wie auch externen Reizen.
- Unter dem Motto: „Ich kann mir sicher sein, was immer passieren wird, ich habe dennoch Vertrauen in mich, dass ich das Geschehen verstehen werde.“

Handhabbarkeit, Bewältigbarkeit

- Diese Komponente beschreibt die Verfügbarkeit geeigneter Ressourcen, sowohl eigener als auch derjenigen, die mir zu Seite stehen.
- Mit optimistischem Vertrauen, werden künftige Lebensaufgaben aus eigener Kraft oder mit fremder Unterstützung gemeistert.
- Das Motto könnte lauten: Wenn ich die Aufgabe alleine nicht bewältigen kann, dann hole ich mir geeignete Hilfe!

Bedeutsamkeit, Sinnhaftigkeit

- Wichtige Aspekte des eigenen Lebens sind sinnvoll. Viele vom Leben gestellten Probleme und Anforderungen sind Anstrengung und Engagement wert.
- Die Bedeutsamkeit bzw. Sinnhaftigkeit beschreibt die Freude am Leben und die Überzeugung, dass das Leben einen Sinn hat. Lebensereignisse werden als Aufgaben gesehen, für die es sich lohnt, sich zu engagieren und einzusetzen.
- Obwohl ich dzt. im Geschehen keinen Sinn sehe, werde ich mich dennoch dafür einsetzen, es zu verstehen.

Antonovsky sieht diese motivationale Komponente als den wichtigsten Aspekt des Kohärenzgefühls an, denn ohne das Erleben von Sinnhaftigkeit neigt der Mensch dazu, das Leben vor allem als Last zu empfinden und jede weitere, sich stellende Aufgabe als Qual.

Im Konzept der Salutogenese sind Schritte enthalten, die den Körper und die Seele befähigen, mit Erkrankungen selber fertig zu werden.

Hierdurch liegt der Fokus weniger auf der symptomatischen Therapie, z.B. durch Tabletten und andere Medikamente, als vielmehr auf unterschiedlichsten Maßnahmen, die Selbstheilungskräfte fördern. Dazu gehören als wesentliche Elemente Ernährung, Bewegung, psychosoziale Kompetenz.

Neben der innerlichen Bereitschaft zu Eigenkompetenz und Eigenwirksamkeit fordert Salutogenese, dass der Einzelne in seinem sozialen Umfeld gesehen wird. Wesentlichen Einfluss haben neben der diagnostizierten Erkrankung auch die Lebensverhältnisse des Klienten. Nur unter Einbeziehung der bisherigen Lebensgeschichte und Berücksichtigung des Lebensumfeldes und seiner Perspektiven ist es möglich, den Einzelnen im Rahmen eines salutogenetischen Konzeptes zu betreuen.

Salutogenese trägt ganz entscheidend zur Lebensqualität bei!

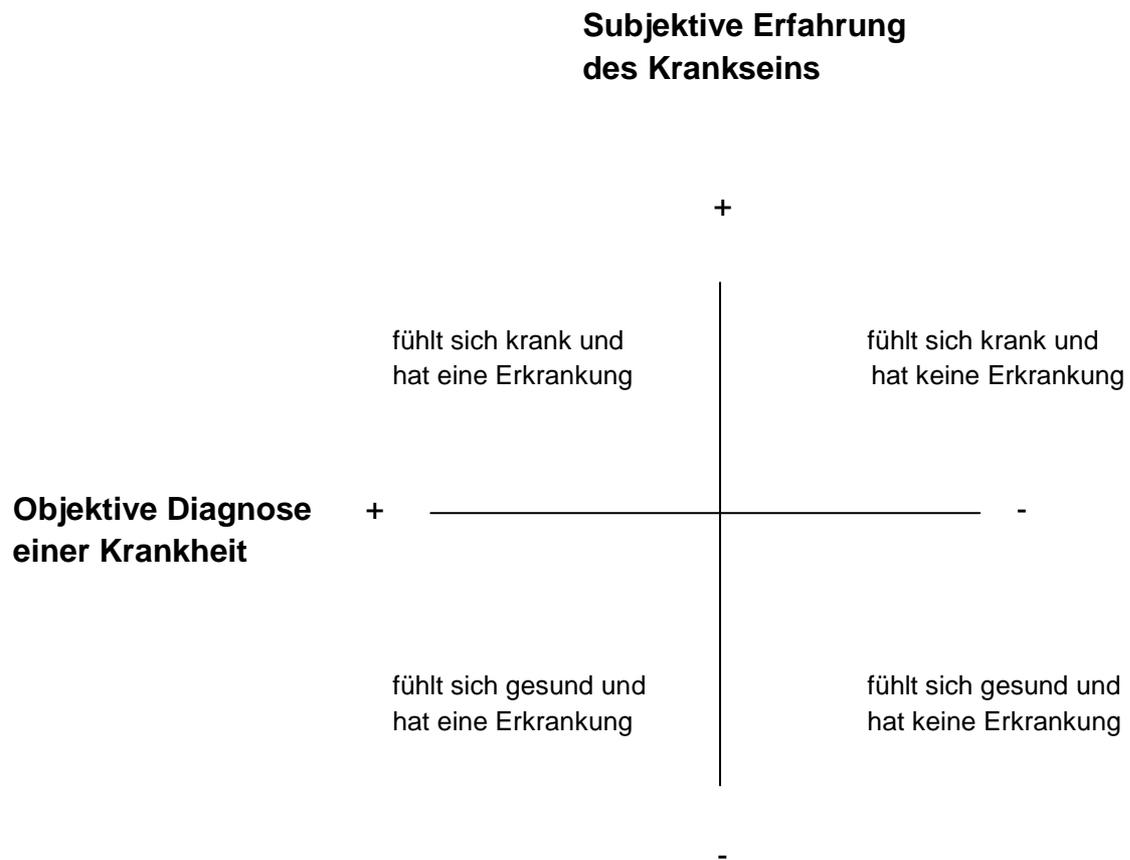
Die Pathogenese beschäftigt sich mit der Entstehung der Krankheit - die Salutogenese hingegen untersucht die Entstehung von Gesundheit.

Wenn wir das Leben als Strom ansehen in dem wir schwimmen und an schwierigen Stellen immer wieder einmal unterzugehen oder zu stranden drohen, so ist das Ziel der salutogenetischen Ausrichtung, gut schwimmen zu lernen.

Die pathogenetisch orientierte Medizin hingegen versucht, den bedrohten Menschen zu retten, um ihn dann ständig auf einem Floß zu halten oder an anderer Stelle wieder in den Fluss zu werfen – ungeachtet seiner Schwimmkünste.

Eine solche Medizin ist von einer Retter-Opfer-Beziehung geprägt, die nach einem ursächlichen Täter für jede Krankheit fahndet. Schwierig wird es, wenn kein Täter in Sicht ist, den man bekämpfen kann oder wenn der gesellschaftliche Kontext tatverdächtig ist und es eigentlich darum geht, gesünder zu leben.

4. Subjektive Erfahrung des Krankseins



Die Beziehung zwischen Krankheit und Kranksein.

Naldoo Wills, Lehrbuch der Gesundheitsförderung
Abb. 1.2. Seite 9

5. Paracelsus als ein bedeutender Lehrer Saulutogenetische Ansätze

Durch seine unzähligen Reisen lernte Paracelsus nicht nur die unterschiedlichsten Menschen und Kulturen, sondern auch unzählige Heiler, Schamanen, Hexen einfache Bauern und deren medizinische Kenntnisse und Heilmethoden kennen.

Paracelsus war vor allem ein wunderbarer Beobachter und Zuhörer (auch zwischen den Zeilen) und er hatte die Gabe dies zu kombinieren und Zusammenhänge zu erkennen. Er war aber auch ein begnadeter Lehrer.

Durch seine unorthodoxen Methoden war er bei seinen Schülern beliebt und bei der Obrigkeit verpönt. Für Paracelsus war es immer wichtig, verschiedene Elemente bei der Heilung zu berücksichtigen. Um dies überhaupt zu ermöglichen muss man über den Tellerrand sehen. So war es für ihn selbstverständlich seine Studenten nicht nur nach den Lehrbüchern zu lehren, sondern auch das Studium der Natur als Kernelement zu sehen. Das Studium der Natur verstand Paracelsus als eine Offenbarung des Göttlichen.

„Ihr wisset durch die Kunst der Signatur, dass jedes Ding nach dem, aus dem es ist und zu dem es gehört, gezeichnet wird, damit es immer gleich gefunden werde, wie es die Kunst der Signatur anzeigt, die der Arzt kennen soll, um dies zu verstehen.“ (Paracelsus I/581)

Paracelsus sah in Gott eine Kraft, die alles Existierende durch besondere Merkmale auszeichnet, damit man aus den Zeichen erkennen kann, wofür sich eigentlich das Gezeichnete eignet.

Ich möchte an dieser Stelle erwähnen, dass Edward Bach, ähnlich wie Paracelsus, während des Medizinstudiums auch nur relativ wenig Zeit über den Büchern verbrachte.

Bereits damals spürte Bach, dass theoretisches Wissen allein noch keinen guten Arzt ausmacht und dass solche Kenntnisse bei weitem nicht ausreichen, um kranken Menschen zu helfen, die offenkundig so völlig verschieden auf die Krankheiten ihres Körpers reagieren.

Bach war davon überzeugt, dass man eine Krankheit nur dann wirklich studieren und kennenlernen kann, wenn man jeden einzelnen Patienten sorgfältig daraufhin beobachtet, in welcher Art er von seinem Leiden betroffen ist. Denn nur so könne man herausfinden, wie diese unterschiedlichen Reaktionen den Verlauf, das Ausmaß und die Dauer der Krankheit beeinflussen.

So hatte er bereits in einem frühen Stadium seiner Suche erkannt, dass die Persönlichkeit des einzelnen Menschen für den Erfolg einer Behandlung von noch größerer Bedeutung ist, als dessen rein körperliche Symptomatik!

Die Bedeutung einer Person und seiner Werke werden in der zeitgenössischen Naturwissenschaft daran gemessen, wie oft man von einem anderen Autor zitiert wird. Legt man diesen Maßstab bei Paracelsus an, so ist er als Philosoph und Naturforscher einer der gewaltigsten Persönlichkeiten der Geistesgeschichte!

Folgende 5 Kernelemente kennzeichnen seine Lehre:

1. Die Lehre vom quintessenziellen Charakter der gereinigten Materie, die aus den vier Elementen darstellbar ist.
2. Die Lehre von den vier Säulen der Heilkunst: Philosophie, Astrologie, Alchemie und Tugend.
3. Die Lehre von den fünf Entien: fünf Krankheitsursachen, fünf Heilswege, fünf Arzttypen.
4. Die Lehre von den zwei Wegen der Behandlung: antipathisch und sympatisch, wobei nur die sympathische Behandlung zur wirklichen Heilung führen kann. Paracelsus` Ideen führten später zur Entdeckung der Homöopathie durch Samuel Hahnemann, den man ebenfalls zu den Paracelsisten zählen kann, obwohl er sich nie zu seinem geistigen Lehrer bekannte und sogar die Signaturenlehre ablehnte.
5. Die Lehre von den drei Prinzipien, die sich in der Materie manifestieren. Die Entdeckung des Prinzips „Sal“ und der Beziehung der Prinzipien untereinander ist die bedeutendste Leistung des Paracelsus. Die Anwendung der Prinzipienlehre zur Krankheitserklärung, zur Auffindung der Heilwege und zur Herstellung der Arzneien hat die alchemistische Welterklärung und ihre Medizin bis zur Gegenwart geprägt

6. Krankheit versus Gesundheit

Aaron Antonovsky hat mit dem Kohärenzkonzept dem Gefühl von Verstehbarkeit, Handhabbarkeit und Bedeutsamkeit das Gerüst für ein modernes Bild ganzheitlicher, mehrdimensionaler Gesundheit geschaffen.

Die alten Hochkulturen in China, Indien und Tibet hatten sämtlich Vorstellungen davon entwickelt, wie der Mensch in seiner Welt leben sollte (im Gleichgewicht Yin und Yang,...), damit er möglichst lange gesund und fit bleibt. Aus diesem Grund wurde auch Krankheit als Abweichung vom gesunden Leben verstanden und dementsprechend behandelt und der Erkrankte kann wieder in seinen ausgeglichenen Lebensrhythmus zurückfinden und gesunden.

In den westlichen Zivilisationen haben Menschen oft keine positiv definierte Vorstellung von Gesundheit, sondern sehen diese vielmehr als Abwesenheit von Schmerzen, Unwohlsein und Krankheit.

Diese eingetrübte Vorstellung von Gesundheit resultiert daraus, dass die heutige Medizin im Zusammenhang mit Gesundheit fast nur die Frage nach der Ursache von Krankheiten stellt.

Chinesen beschreiben Gesundheit oft mit Balance, Harmonie oder auch guten Familienbeziehungen.

Die Salutogenese entwickelt eine Vorstellung für ganzheitliche Gesundheit, die mit den Erkenntnissen der modernen Wissenschaft übereinstimmt. Ein modernes Konzept von Gesundheit muss dynamisch entwicklungsorientiert sein und der Mehrdimensionalität unseres Lebens gerecht werden.

Betrachtet man die Geschichte der Medizin stellt man auch fest, dass sich die Lebenserwartung durch die Notfallmedizin und Chirurgie in den letzten Jahrhunderten deutlich verbessert hat. Viele Krankheiten sind verschwunden jedoch sind etliche dazugekommen.

Bis vor wenigen Generationen sah man die Ursache einer Krankheit ausschließlich in einer falschen Säftemischung, heute nicht viel anders nur in genetischen und enzymatischen Defekten oder in Infektionen durch Erreger. Im Sinne des Paracelsus bilden aber weder Säfte noch Erreger die wirkliche Ursache von Krankheiten,

sie sind nur deren Wirkung. Damit ein Erreger eine Krankheit auslösen kann, muss er ein bereits geschwächtes Milieu antreffen.

Denkt man weiter, stößt man dann irgendwann auf die eigentliche Ursache. Nun bekommt man auch eine Vorstellung davon, was Paracelsus als den eigentlichen Ursprung jeder Krankheit ansah, denn für ihn war letztlich jedes Phänomen und damit auch jede Krankheit metaphysisch bedingt.

Paracelsus ging davon aus, dass es fünf mögliche Ursachen gibt, die jede Form von Krankheit auslösen können. Er nannte sie die fünf Entien.

Was Paracelsus als Ens bezeichnete, ist das Wesen, die Idee, das Sein von etwas, „*das die unbeschränkte Macht über den Leib besitzt*“ (Paracelsus I/9).

Jede Krankheit ist also zunächst etwas Geistartiges, das den sichtbaren Körper irgendwann leiden macht. Ähnliche Ansichten teilten z.B. auch Bach oder Hahnemann, der sagte, dass Krankheiten dynamische Verstimmungen unseres geistartigen Lebens in Gefühlen und Tätigkeiten sind – sie sind unmaterielle Verstimmungen unseres Befindens.

Die Entien sind in zwei Gruppen unterteilt. Die erste umfasst drei Ursachen von Krankheiten, die auf das Somatische wirken.

Zunächst ist dies das Ens astrale (lat. astrum = Stern). Paracelsus beschreibt dieses Ens astrale als *“die Kraft und das Wesen der Gestirne und ihre Gewalt über den Leib“* (Paracelsus I/10). Modernere ausgedrückt sind dies krank machende Umweltfaktoren wie Klima, geologische Einflüsse, Strahlungen oder Radioaktivität.

Die zweite Ursache bildet das Ens veneni (lat. venenum = Gift). Hier liegt der krankmachende Einfluss in unserer Lebensweise und der Wirkung von Giftstoffen, mit denen wir täglich konfrontiert sind. Unser Organismus kann zwar Toxine größtenteils verstoffwechseln und entgiften, doch wehe die entsprechenden Organe erlahmen oder die Ausscheidungsorgane funktionieren nicht richtig! Das Ergebnis wäre dann nach Paracelsus eine innere Fäulung und das kann zu jeder Form von Erkrankung führen.

Die dritte Ursache, das Ens naturale (lat. natur = Veranlagung). Das bedeutet wenn es genetische Konstitutionen gibt, die die Ursache von Krankheiten sind.

Die zweite Gruppe von Entien umfasst jene beiden Ursachen von Krankheiten, die sich auf den Geist auswirken.

Beim Ens spirituale (lat. spirituell = geistig) sind es „die Geister, die unseren Leib krankmachen“ (Paracelsus I/10). Damit meinte er psychosoziale und psychosomatische Einflüsse auf die Gesundheit. Er dachte dabei aber auch an Hexerei und Magie, die für ihn einen unbestreitbare Realität waren.

Die oben angeführten vier Entien bezeichnete Paracelsus als heidnisch, weil sie für Menschen sämtlicher Glaubensrichtungen in Frage kommen. Das fünfte Ens, das „Ens die“ (lat. deus = Gott), nannte er dagegen christlich. Hier liegt die krankmachende Wirkung im unergründlichen Wirken Gottes. Dieses letzte Ens, das die Themen Schicksal und Karma behandelt, ist sicher etwas ganz Besonderes. Es entzieht sich der Logik unseres Denkens und ist ausschließlich metaphysisch zu begreifen. Da die Medizin diesen Aspekt nicht kennt, überlässt sie solche Themen gerne den Seelsorgern.

Besonderen Wert legte Paracelsus auf die Feststellung, dass man zur vollständigen Betrachtung einer Krankheit immer alle fünf Entien gleichzeitig beachten muss. Dies hat weitreichende Konsequenzen, denn wenn sämtliche Entien zur Erklärung von Krankheit wichtig sind, dann bilden auch fünf unterschiedliche Heilwege zusammen das Therapiekonzept für jede Erkrankung.

Den Menschen in seiner Ganzheit zu sehen war und ist das oberste Prinzip einer vollständigen Heilung.

Den Glauben des Paracelsus an die Wirklichkeit der unsichtbaren Einflüsse von Geist zu Geist unterstreicht folgendes Zitat:

“Achtet darauf, damit ihr nicht den Leib mit Arzneien behandelt, denn das ist vergeblich. Behandelt aber den Geist, dann wird der Leib gesund. Denn der Geist ist krank und nicht der Leib.“

Paracelsus ist davon überzeugt, dass das Heilmittel dort zu finden ist, wo der Schaden entsteht. In seiner „Geheimen Philosophie“ schreibt er: „Hat eine Krankheit jemanden befallen, die von den Mineralien oder Metallen kommt, so muss auch wieder mit diesen Arcana (aus den aus gleichen Stoffen zubereiteten Heilmitteln) geholfen werden. Hier erkennen wir schon deutlich den Grundsatz der späteren Homöopathen: Gleiches kann mit Gleichem geheilt werden.“

Für Paracelsus sind düstere Gedankengänge fast ein Verbrechen. Sie schwächen den Glauben, dass es immer Hoffnung für das Überleben und Genesung gibt. Sie schwächen damit im Menschen die seelischen Widerstandskräfte. Auf diese Weise kann ein Nährboden für Krankheiten entstehen.

In schweren Zeiten, in denen das Volk dahindämmert, sieht Paracelsus die Hauptaufgabe des Arztes darin, der Unterhalter der Menschen zu sein. Es soll seine Patienten vor allem auf fröhliche Gedanken bringen.

Der Glaube und die inneren Kräfte sind in jedem Fall für ihn entscheidend. Sie führen den Leib zum Sieg über den äußeren Feind. Zuerst muss immer der Geist gestärkt werden, um damit den Willen zur Genesung zu stärken. Der Lebensglaube der Person, die man kurieren will, darf nicht mehr schwach und klein sein. Der gute Arzt muss bei dem Patienten jeden krankmachenden Zweifel auslöschen.

Die Anleitungen die Paracelsus hier gibt, sind recht eindeutig. Man soll Menschen die traurig, schwermütig oder böse Gedanken haben, nicht alleine lassen. Mit diesen Menschen muss man fröhliche und kurzweilige Dinge machen. Paracelsus ist sich selbstverständlich bewusst, dass seine fröhliche Wissenschaft von vielen Zeitgenossen abgelehnt wird. Er ist jedoch überzeugt, dass die Zukunft ihm Recht geben wird – wie Recht er doch hatte!!!

Das Wort „Humor“ hängt mit der lateinischen Bezeichnung für Körpersäfte „Humores“ zusammen. In einem gesunden Körper lebt ein gesunder Geist, das ist bekanntlich eine alte Weisheit. Für Paracelsus gilt offensichtlich auch, dass Humor und Lebenslust die besten Heilmittel sind.

Paracelsische Schriften beeindruckten nicht nur durch den enormen Umfang, sondern auch durch die Vielseitigkeit. Wenn man bedenkt, dass Paracelsus nur 48 Jahre alt wurde, ist dies erstaunlich. Mehr ein Universalgenie als ein einfacher Arzt zeigt er sich seinen Lesern als Erneuerer der Medizin, als Naturforscher, Mystiker, Philosoph, Prophet, Astrologe, Alchimist und Magier. Er war aber auch ein Feldforscher der traditionellen Volksmedizin Europas, der die Heilkunst unter anderem von Zigeunern, Bauern und Badern erlernte. Außerdem war Paracelsus ein tief religiöser Mensch, der sich dem Wohl der kranken Menschen verpflichtet fühlte.

Durch sein Wissen, seine Beobachtungsgabe und seine schöpferischen Ideen wurde Paracelsus zum Wegbegleiter des Neuen in der Medizin. Dieses Neue ist eine „philosophische“ Heilkunde, deren Vertreter in der Natur kein Rohstofflager, sondern ihre Lehrmeisterin sehen und ihr daher mit Liebe und Respekt begegnen.

Somit schließt sich auch der Kreis und ich kann die anfangs gestellte Frage eindeutig mit JA beantworten. Paracelsus war in seiner Art und Weise auch der erste Salutogoge!

Paracelsus war nicht nur der Erneuerer seiner Zeit und der folgenden Epochen - er war auch Wegbereiter und Inspiration für viele hervorragende Persönlichkeiten der Medizin und Heilkunst wie Hahnemann, Bach, Antonovsky - um hier nur einige zu nennen. Auch wenn Sie sich nicht immer öffentlich dazu bekannten, erkennt man dennoch den Geist des Theophrastus Bombastus von Hohenheim, besser bekannt als Paracelsus, in Ihrem Wirken.

7. Literaturverzeichnis & Links

Paracelsusmedizin / altes Wissen in der Heilkunst von heute

Olaf Rippe, Margret Madejsky, Max Aman, Patricia Ochsner, Christian Rätsch

Paracelsus / Mediziner – Heiler – Philosoph

Sergius Golowin

Praxisbuch Salutogenese Warum Gesundheit anstecken ist

Theodor Dierk Petzold

Salutogenese Zur Entmystifizierung der Gesundheit

Aaron Antonovsky

Edward Bach Entdecker der Blütentherapie. Sein Leben – seine Erkenntnisse

Nora Weeks

Studiumsunterlagen DGF, Salutogogik®

<http://de.wikipedia.org/wiki/Salutogenese>