

# Ost und West

## Ein Leben aus der Ganzheit

Die Samuel-Hahnemann-Schule bietet erstmalig zwei verschiedene Ausbildungsrichtungen mit einem westlichen und einem östlich orientierten Schwerpunkt an. Haidrun Schäfer befragte den Schulleiter Andreas Krüger zu den Unterschieden zwischen westlicher und östlicher Heilkunde.



*Haidrun Schäfer: Gibt es einen grundsätzlichen Unterschied zwischen westlicher und östlicher Medizin?*

Andreas Krüger: Es gibt tatsächlich einen fundamentalen Unterschied – das habe ich ganz persönlich erlebt. Ich kenne beide Richtungen und bin mit Methoden aus beiden Richtungen behandelt worden. Ich versuche es an einem persönlichen Beispiel zu erklären. In der Homöopathie, bei der Leibarbeit und auch beim Familienstellen versuchen wir, dem Patienten zu helfen zu erkennen, warum er krank ist und wo die systemischen-traumatischen-reinkarnatorischen-spirituellen Hintergründe des Krankseins liegen. Wir beschäftigen uns mit Fragen, was derjenige tun kann, was er loslassen, transformieren oder entwickeln kann und wie er avatäterisch seine Wirklichkeit verändern könnte. Im westlichen alternativen Medizindenken geht es viel um Erkenntnis, um Verständnis, um Vergebung und um seelisch-schöpferische Elemente. Und an dieser Stelle muss ich die Arbeit an der Samuel-Hahnemann-Schule wirklich loben, denn wir haben eine ausgezeichnete Supervisionskultur und mit unseren Methoden eine seelsorgerische Plattform für unsere Heilpraktikerschüler geschaffen.

*Was bietet die östliche Heilkunst?*

Die östliche Heilkunst – die ich auch sehr liebe, sonst hätte ich mich nicht für drei Jahre selbst als Schüler dort eingeschrieben – geht einen gänzlich anderen Weg. Während der westliche Weg sich mit dem Erkenntnisaspekt und dem Schöpfungsaspekt in der individuellen Wahrnehmung beschäftigt, geht es in der östlichen Heilkunst primär um eine Form von Haltung. Man kümmert sich gar nicht so sehr um das Problem an sich und man versucht auch gar nicht so unbedingt, es zu verstehen, sondern man versucht, die Haltung, die man hat, zu verändern. Ziel ist eine Veränderung von Wirklichkeit durch eine veränderte Haltung. Ein wichtiger Satz ist der von Meister Dan, einem Großmeister des Wudang Qi-Gongs: „Immer aus die gute Richtung gucken.“ Er

ist der Lehrer der Qi-Gong-Lehrerin Heike Wittenbecher der Samuel-Hahnemann-Schule.

*Haben Sie ein praktisches Beispiel?*

Mit meinen 30 Jahren Dauertherapie bin ich vielleicht nicht der beste, aber sicher einer der am meisten therapierten Menschen, die ich kenne. Für mich hat Therapie durchaus Fortbildungscharakter. Außerdem macht es mir Spaß. Andere gehen zum Skat, ich gehe gerne in meine gestalttherapeutische Selbsterfahrungsgruppe. Für mich ist es erfüllend, mit Menschen Intimität zu teilen. Dabei geht es überhaupt nicht um Erotik, sondern um seelische Intimität. Ich mache also nicht nur Therapie, um eine Matrix für meine Klienten zu sein, sondern es macht mir Spaß. Für mich ist es erfüllend, Menschen in ihren Sorgen nahe zu sein und ihnen zu helfen, glücklicher zu werden. Aber trotz all dieser Therapiegruppen und dem ganzen Wissen um mein dreieinhalbjähriges traumatisiertes Kind, das ich schon fünf Mal aus dem Krankenhaus rausgeholt habe, um meinen Narzissmus, um mein Muttermissbrauch, um meine Vaterinsuffizienz, um die Trauer um den Tod meiner Tochter und Vergebung und Entnabelung und und und, muss ich nach 30 Jahren leider feststellen, dass es ganz bestimmte Punkte in meinem Leben gibt, die sich nicht wirklich verändert haben. Es scheint – jedenfalls für mich – nicht nur um Erkenntnis zu gehen und auch nicht um Auflösung. Vielleicht gibt es auch manche Dinge, die nicht auflösbar sind. Hölderlin hat mal gesagt, wenn betreffs einer Beziehung der Schmerz aufhört, dann war es keine Liebe. Ich dachte immer, irgendwann muss man doch alles auflösen können, aber wahrscheinlich hat Hölderlin Recht. Mit den Methoden der westlichen Medizin habe ich 95 % meiner Ängste verloren und bin einer der glücklichsten Menschen auf diesem Planeten geworden. Aber es gibt einfach einige Traumata in meinem Leben und wenn ich mir die anecke, könnte ich irre werden.

*Und was kann der Osten?*

„Immer aus die gute Richtung gucken.“ Ich habe vor einem halben Jahr angefangen, täglich 20 Minuten Qi-Gong zu machen. Und ganz ehrlich: Das ist das Anstrengendste und Langweiligste, was ich jemals in meinem Leben gemacht habe. Die wirksamste Übung – unter youtube „Samuel-Hahnemann-Schule, Heike Wittenbecher“ zu sehen – ist eine Stehübung, die ich seit einem halben Jahr übe. Seit ungefähr einem viertel Jahr erlebe ich ein Phänomen, das mir in den 30 Jahren Dauertherapie noch nicht wiederfahren ist: Ich erlebe erstmalig in meinem Leben, während ich übe, wie ich eine autonome Entscheidung treffen kann, indem ich entscheide, wo ich hingucke. Bei allen Therapien hatte ich das Gefühl, dass etwas passiert und dass mein Fokus sich verändert. Aber seitdem ich Qi-Gong mache, merke ich, dass sich der Kopf so ganz leicht bewegt – in die eine oder andere Richtung – und dann kann ich auf das Wunderbare gucken, nämlich auf die 798 Menschen, die mich lieben und nicht auf die drei, die mich nicht so lieben, wie ich es möchte.

Darin drückt sich für mich die Faszination für den Osten aus – die Haltung. Um mit Dürckheim zu sprechen: „Der Mensch, der gesammelt ist in seiner Weltmitte.“ Damit meint er das Hara, die Bauchmitte. Oder wie Hellinger sagt: „Der Mensch gesammelt in seiner leeren Mitte.“ Das ist etwas, was uns der Osten bringt: das zinnoberrote Feld, das Dantian, die Mitte des Hara. Wir können beide Weisheitssysteme nutzen. Ich mache weiterhin meine Gestalttherapie, aber ich erweitere meinen Blick mit den östlichen Weisheitssystemen. Ich glaube, die westliche Überzeugung stimmt nicht, dass sich eine Sache nur auflösen kann, wenn man sie erst richtig verstanden hat. Ich kann mich auch nicht der Überzeugung von den Ramana Maharshi-Anhängern anschließen, die alles auf die Sichtweise der Illusion reduzieren und behaupten, dass wir alle eins sind. Wenn ich mir die Realität und ihre Gurus anschau, dann frage ich mich wirklich, wo denn der ganze Narzissmus herkommt, wenn wir doch alle nur eins sind. Ich glaube auch nicht mehr, dass jegliche Wirklichkeit verwandelbar ist. Ich glaube, es gibt einfach Schicksal. Das ist so. Aber was mich der Osten gelehrt hat – auch wenn es schrecklich ist, denn meine Tochter wird nicht wieder lebendig –, ist, dass ich die Möglichkeit habe, nicht im Leid zu verharren, indem ich eine Veränderung meiner Haltung und eine Veränderung meines Lebensschwerpunktes vornehme.

*Kann man die verschiedenen Methoden den unterschiedlichen Chakren zuordnen?*

Ich würde sagen Ja. In meinen ersten fünf Jahren mit Bioenergetik und Tantra habe ich mir mein unteres Chakra befreit und im Nachhinein würde ich sagen, dass es auch ganz gut geklappt hat. Dann habe ich mir mit Gestalttherapie und Anthroposophie mein Stirnchakra entnebelt und seitdem keine Angst mehr vor dem Tod

und glaube, dass ich ein unsterblicher Geist bin. Vor einem Jahr hat sich durch die Arbeit von Leonard Shaw (Liebes- und Vergebungsarbeit) mein Herz geöffnet. Das war beeindruckend.

Heute empfinde ich mein Wurzelchakra, mein Stirnchakra und auch mein Herzchakra als offen. Aber in der Mitte, im Hara, da war ein unbekanntes Land. Ich hatte keine Ahnung, was das für ein Landstrich war. Inzwischen weiß ich, was es ist: Es ist die Achse. Das macht die Akupunktur ja ganz ähnlich. Dort wird nicht nach den Problemen mit der Großmutter gefragt, sondern es wird festgestellt, inwieweit sich die Verteilung der Elemente im Ungleichgewicht befindet. Es ist eine ganz andere und unkomplizierte und sich an der Mitte orientierende Sichtweise. Dürckheim, der Begründer der Leibarbeit, bezeichnete nicht umsonst Japan als die „Kultur der Mitte“.

Im Westen sind die Tantriker im Wurzelchakra tätig, die Esos im Herzchakra und die Anthroposophen im Stirnchakra. Seit ich mit den östlichen Arbeiten angefangen habe, hat sich der Raum des Hara gefüllt und dieser Raum gibt den anderen Räumen seine Autonomie. Seitdem ich mich mit den Arbeiten der östlichen Naturheilkunde beschäftige, fühle ich mich so autonom wie noch nie in meinem Leben. Ein erfülltes und durchliebtetes und samadisches Leben hatte ich schon 30 Jahre, aber es hat mich immer wieder „geworfen“. Mit meinem astrologischen Doppelkrebs bin ich empfänglich für das, was man auf mich wirft. Aber jetzt bin ich ein Stück unabhängiger geworden von dem, was andere auf mich werfen. Ich habe heute das Gefühl, dass durch die Beschäftigung mit meiner Mitte mein von mir selbst erschaffenes astrologisches Krebskarma autonom wird. Wir können also zusammenfassend sagen: Der „Westen“ lebt das Leben aus dem Herzen und der Lende, der „Osten“ ist das Leben aus der Mitte und für mich bedeutet beides gemeinsam ein Leben aus der Ganzheit.

*Ich danke Ihnen!*

**Andreas Krüger** ist Heilpraktiker, Schulleiter und Dozent an der Samuel-Hahnemann-Schule in Berlin für Prozessorientierte Homöopathie, Leibarbeit, Ikonographie & schamanischer Heilkunst



**Veranstaltungshinweise:** 4. Schamanentage der Samuel-Hahnemann-Schule, 25./26. August 2012 ab 9.00 Uhr, Eintritt frei! Tag der Leibarbeit an der Samuel-Hahnemann-Schule, 9. September 2012, 11.00-16.00 Uhr, Eintritt frei! 46. Homöopathie-Tage der Samuel-Hahnemann-Schule, 15./16. September 2012 ab 9.00 Uhr, Eintritt frei! Tag der chinesischen Medizin an der Samuel-Hahnemann-Schule, 22. September 2012, 10.00-18.00 Uhr, Eintritt frei! Weitere Infos: Samuel-Hahnemann-Schule, Mommsenstr. 45, 10629 Berlin, Tel.: 323 30 50, buero@heilpraktiker-berlin.org, www.Samuel-Hahnemann-Schule.de