

Die psychische Krebs-Disposition im „Röntgen-Bild“ des Lüscher-Farb-Tests

Prof. Dr. Max Lüscher

Paracelsus sagt, ein Arzt, der nur die Symptome sieht, aber die Ursache nicht beachtet, sei ein „kurzsichtiger Pfuscher“. Genau dieser Vorwurf gilt, wenn man nur das Symptom Krebs sieht, aber ignoriert, was jeder Laie weiss, dass auch der psychische Zustand sich im Körper äussert.

Dazu zwei Beispiele aus der Jahrzehnte langen Beobachtung. Ein Unternehmer den ich als tüchtigen, redlichen Mann kannte, hat durch den Fehler seines Kollegen einen Staatsauftrag verloren. Der finanzielle Verlust war zu verkräften. Was der Unternehmer nicht verkräften konnte, war die Blamage, dass er einen Staatsauftrag verlor. Er war der Meinung: „Seither fühle ich mich wie ein gefällt er Baum.“ Die Absage empfand er als beleidigender Verlust seines Ansehens und seiner Ehre. Jeden Tag fühlte er sich seither als „gefällter Baum“. Nach 18 Monaten starb er an Krebs.

Ein 70 jähriger Bekannter aus England, den ich wegen seines vornehmen Charakters sehr schätzte, war an Krebs schwer erkrankt. Deshalb fuhr ich mit ihm an die schönsten Orte, die ich in der Schweiz kannte. Am Ende eines Tales im Tessin musste man das Auto abstellen. „Geht es“, fragte ich ihn, „dass wir noch etwa 100 m zu Fuss in das alte Dorf gehen.“ Er litt trotz der Medikamente unter starken Schmerzen. „Ich kann eigentlich nicht mehr gehen“, bedauerte er, doch er versuchte es. In dem beeindruckenden alten Bergdörfchen sah er sich um und sagte: „Das ist eine wunderbar reine Luft.“ Nun getraute ich mich, zu fragen, ob wir noch etwa 200 m zu einem wunderschönen Wasserfall wandern können. Es gelang. Wir bewunderten wie das Wasser hoch am Berg herausschoss und sich auf halber Höhe teilte. Im unteren Drittel vereinigt es sich wieder zu einem Sturzbach, der sich zu unseren Füßen in den Bergbach ergoss.“ Dort sassen wir eine Viertelstunde ergriffen und schweigend. Auf der Rückfahrt erkundigte ich mich, ob die Schmerzen erträglich seien. „Ich habe keine Schmerzen mehr,“ war seine verblüffende Antwort. Die Schmerzen setzten erst wieder ein, als er drei Tage später nach England zurückgekehrt war.

Das Erlebnis des Wasserfalls, die Hingabe an die ergreifende Schönheit und die wohltuende Übereinstimmung mit dem Naturerlebnis erzeugten in ihm ein harmonisches Gleich-Gewicht. So wie der stiebende Wasserfall sich im Fluss zu unseren Füßen ständig auflöste, so er fühlte er in sich den Ausgleich von Spannung und Entspannung.

Kann man solche Beobachtungen bei Krebskranken machen, ohne zu erkennen: So wie man sich fühlt, so reagiert der Körper. Wer im Gleich-Gewicht lebt, lebt gesund. Das Immunsystem ist den Angriffen gewachsen. Auch für Infektionskrankheiten ist man weniger anfällig.

Eine Dissertation an der Universität Zürich hat schon 1982 an Krebskranken (n = 50) nachgewiesen, dass eine bestimmte, mit dem Lüscher-Farb-Test erfassbare Grund-Emotion die Disposition zur Erkrankung an Krebs beeinflusst.

Besonders die Test-Farbe Gelb wird signifikant abgelehnt. Die Ablehnung von Gelb zeigt eine bestimmte Ursache: Eine oft nicht bewusste, generelle Unsicherheit oder Angst, dass irgendein Verlust eintreten könne. Bei den einen ist es der Verlust von Sicherheit, von Besitz oder der Gesundheit; bei anderen ist es der Verlust der Selbstsicherheit durch eine andauernde, erschütternde Enttäuschung oder eine blamierende Zurückweisung wie bei dem Unternehmer, der sich wie ein gefällt er Baum

Baum fühlte. Die Wahl der abgelehnten Farbe Gelb zusammen mit der bevorzugten Farbe zeigt, welche Art von Verlust die Sorgen auslöst.

Da die verursachende Psyche nicht sichtbar ist, versucht man mit Gesprächen, mit Fragebogen, mit der Erläuterung von Zeichnungen und Träumen die emotionale, psychische Ursache aufzudecken. Es ist jedoch grundsätzlich nicht möglich, die Emotionen mit Worten zu erfassen. Worte und alle verbalen Methoden können die Emotionen so wenig erfassen, wie auch eine Melodie nicht mit Worten erklärt werden kann.

Emotionen sind Empfindungen. Sie können nur mit Empfindungen gemessen werden. Dafür geeignet ist die Empfindung der Farben. Farben werden physiologisch, objektiv wahrgenommen und empfunden. Darum zeigt die Wahl der Test-Farben den objektiven, wirklichen Zustand der emotionalen Empfindungen. Der emotionale Zustand äussert sich immer im Körper, bei einer Erkrankung äussert er sich als Symptom.

Ist eine Emotion exaltiert, übersteigert, dann wird auch die entsprechende Farbe übersteigert bevorzugt. Wird hingegen eine bestimmte Farbe abgelehnt, dann ist die ihr entsprechende Emotion blockiert. Derart exaltierte oder blockierte Emotionen sind die psychogene Ursache von vielen Schmerzen, Beschwerden und Erkrankungen. Wird die Test-Farbe Gelb abgelehnt, besteht die Disposition zur Schädigung des Immunsystems und zur Erkrankung an Krebs. Die Ablehnung der Test-Farbe Gelb zeigt, dass eines der vier wesentlichen Selbst-Gefühle blockiert ist: Das Selbst-Gefühl der inneren Freiheit. Die innere Freiheit ist die Fähigkeit, Wünsche zu fühlen, sie zu stellen und auszuführen; aber auch darauf zu verzichten, wenn sie unvernünftig oder unrealistisch sind, z.B. jünger sein zu wollen.

Erkennt man bei einer Erkrankung z. B. mit Hilfe des Lüscher-Farb-Tests, wodurch man sich aus dem Gleich-Gewicht gebracht hat, dann besteht die Möglichkeit, dass man sich korrigiert, um sich wieder ins Gleich-Gewicht zu bringen. So treten die so genannten Spontanheilungen ein, die der ausschliessliche Symptom-Mediziner nicht begreift. Wie sehr die mentale Haltung und das Selbst-Gefühl wirken, beweisen die Placebo Untersuchungen. Manche erzeugen die gleiche Wirkung, wie die medikamentöse Behandlung.

An der neurologischen Universitätsklinik, Toronto, fand Dr. Helen Mayberg mit Hilfe der nuklearmedizinischen Methode PET, dass durch Placebo dieselben Gehirnbereiche aktiviert wurden wie durch das Medikament. Prof. Jon Stoessel, Leiter des Zentrums für Hirn- und Nervenkrankheiten in Vancouver, stellte bei Parkinson-Patienten fest, dass das Placebo die Dopaminproduktion fast genau so stark aktiviert wie das tatsächliche Medikament.

Die Symptom-Medizin ignoriert die psychische Ursache, weil sie als Symptom nicht zu sehen ist.

Der Lüscher-Farb-Test hingegen erfasst den emotionalen Zustand und bildet ihn wie ein „Röntgen-Bild“ der Psyche ab. Mit einem Blick erkennt der ausgebildete Therapeut, ob und in welcher Weise das emotionale Gleich-Gewicht gestört ist. Nun liegt es am Betroffenen, ob er sich tatsächlich bemüht, seine Blockierung zu lösen und sein farblich sichtbares Defizit auszugleichen.

Das Ziel der Gesundheit ist es, die vier normalen Selbst-Gefühle zu entwickeln, um das innere Gleich-Gewicht zu erlangen. Es sind:

Die Selbst-Achtung, damit man sich nicht mehr beleidigt oder gedemütigt fühlt.

Das Selbst-Vertrauen, damit man den Mut hat zu tun, was erforderlich ist.

Die innere Freiheit, damit man ausdrücklich wünschen, aber auch verzichten kann.

Die innere Zufriedenheit, damit man das Vorhandene würdigt und schätzt.

Das Ziel der Gesundheit ist es, die vier normalen Selbst-Gefühle zu entwickeln, um ein „4-Farben-Mensch“ zu werden.

Informationen über den Lüscher-Farb-Test und das Hörbuch „Der 4-Farben-Mensch“ findet man unter: www.luscher-color.com

Kurze erläuternde Ergänzung zu den Artikeln in der Signal und von Prof.Lüscher von Seiten der Gesellschaft für Biologische Krebsabwehr:

Petra Weiß

Vom sensiblen Umgang mit der Verantwortung

Wenn jemand schwer krank ist, wenn seine Existenz bedroht ist, wenn er Angst hat und verzweifelt ist, dann sind Schuldgefühle wirklich das letzte, was er braucht. Daher ist der Begriff der „Krebspersönlichkeit“ in den vergangenen Jahren sehr aus der Mode geraten. Will man dem Menschen in seiner misslichen Lage auch noch für sein Drama verantwortlich machen? Welche Motivation steckt dahinter, wenn Ärzte und Psychologen immer wieder nach Gemeinsamkeiten auf der Seelebene bei Krebspatienten suchen?

Hier muss ein ganz grundsätzliches Missverständnis endlich aufgeklärt werden: Schuld für die Ereignisse in der Vergangenheit und Verantwortung für das Handeln in der Zukunft sind nicht dasselbe! Es nützt niemandem, sich zu grämen für Dinge, die er einmal gemacht hat, und „Fehler“ in der Vergangenheit aufzuspüren. Ein geändertes Verhalten in der Zukunft aber ist ein hoffnungsvoller Ansatz für den Genesungsprozess. Die Zusammenhänge zwischen Psyche und Körper sind mittlerweile durch unzählige Studien längst belegt. Hier gibt es eine komplexe Wechselwirkung. Die Beratung in der modernen Krebsmedizin will und muss diese Erkenntnisse berücksichtigen. Lässt man den Einzelnen in seiner Würde, richtet sich der Blick dabei stets nach vorn und behält die individuellen Ressourcen im Auge.

Wir alle haben uns unsere Konstitution nicht ausgesucht. Wenn wir mit einer gesteigerten Abneigung gegen Veränderungsprozesse durchs Leben gehen, wenn es uns mehr Kraft kostet als andere, uns die innere Freiheit zu nehmen, die wir zum Atmen brauchen, dann war das nicht unsere ursprüngliche Wahl. Doch jeder – gleich welcher Veranlagung er ist - kann das Beste aus seiner Disposition machen. Wir haben ein großes Maß an Einfluss auf unsere seelischen Prozesse. Aber wir sind nicht allmächtig.

Es gibt sie immer wieder, die Beispiele von Menschen, die „alles richtig gemacht“ haben und trotzdem ein Rezidiv erlitten oder plötzliche mit Metastasen konfrontiert waren. Womöglich ging das Richtig-Machen-Wollen zulasten der inneren Freiheit und hat damit gleichsam auf der Seelenebene geschadet, auch wenn die ergriffenen Maßnahmen in vielerlei Beziehung hilfreich gewesen sind. Wenn man erkennt, wie komplex und verzwickelt diese Zusammenhänge sind, löst man sich vielleicht von der Illusion von Richtig und Falsch.

Der Umgang mit der Frage nach dem Warum erfordert daher viel Feingefühl. Eine

„Selber schuld!“ Haltung von Außenstehenden wächst meist aus der eigenen Angst vor der Erkrankung.

Wir kennen dieses Phänomen aus Vergewaltigungsprozessen. Erstaunlicherweise neigen vor allem RichterInnen zu Urteilen, in denen den Opfern aufgrund ihres Verhaltens eine Mitschuld zugewiesen wird. „Sie trug einen kurzen Rock und hohe Schuhe. Damit hat sie den Täter ja provoziert.“ klingt manchmal auch bei der öffentlichen Meinung mit. Damit bewahrt sich der Urteilende vor der Angst, selbst Opfer einer solchen Tat zu werden. „Ich trage keine hohen Schuhe zu kurzen Röcken. Mir kann das nicht passieren.“ läuft da unterbewusst ab.

Einen kleinen Richter haben viele von uns im Rucksack. „Ich rauche nicht (esse kein Fleisch, treibe Sport oder ähnliches). Mir kann das nicht passieren...“ schwingt bei den Gesundheitsaposteln oft aus tiefer Not mit. Ob die Neigung zum Verurteilen gesünder ist als das Rauchen, Fleischessen etc., bleibt fraglich.

Heilung und Gesundheit kann man eben nicht MACHEN. Es gibt Faktoren, auf die wir keinen Einfluss haben, wie die genetische Disposition oder Erlebnisse in der Kindheit. Doch es gibt auch Faktoren, auf die wir sehr wohl einwirken können. Auf diese sich zu konzentrieren, macht Sinn. Nutzen Sie in diesem Sinne die Anregungen zur Seelenentwicklung für sich. Vielleicht gelingt es Ihnen, die Krankheit als biographischen Wendepunkt zu betrachten, als Anlass zu wichtigen Schritten in Ihrem Leben.

Zitat: „Wenn man solche Wege geht ist das keine Garantie für eine Genesung. Aber man kommt sich selbst dabei ein Stück näher. Und manchmal geschieht dann - sozusagen als gewünschte Nebenwirkung – Heilung auf körperlicher Ebene.“ (Dr. György Irmey)