Vom Verlust der Vielfalt, dem Ertragen der Mehrdeutigkeit und dem Halschakra

von Dr. med. Susanne Stoeckl-Gibs

Dies ist ein Versuch. Ein Versuch, ein Zeitgeschehen zu einem Chakra, dem Halschakra, in Beziehung zu setzen.

Wenn ich in den Büchern von Horst Krohne nachlese, so finde ich folgende Begriffe in Bezug auf das Halschakra:

- Steuerung der Polarität im psychischen Bereich, Steuerung des Temperamentes, der Emotionen und der meisten seelischen Eigenschaften
- Akzeptanz der Gesetzmäßigkeiten der polaren Welt: Lehren und Lernen, Glaube und Zweifel, Gelassenheit und Anspannung, Aggression und Depression, Halsstarrigkeit und Nachgiebigkeit, Wut und Güte, Hass und Friedfertigkeit, Unentschlossenheit und Handlungsbereitschaft. (Mann und Frau, Yin und Yang – *Ergänzung der Autorin*)
- Vermittlung zwischen Denken und Fühlen, Logik und Emotionalität
- Durch Erkennen und Annehmen der polaren Weltordnung ins Gleichgewicht kommen, Zufriedenheit und Ausgeglichenheit erlangen – als Grundlage zur persönlichen Weiterentwicklung und Begegnung mit dem Stirnchakra.
- Die Einheit der Gegensätze zu finden ist das Endziel im Halschakra.
- Hingegen führen Verschlossenheit, Selbstbezogenheit und Ungerechtigkeit zur Abnabelung von der Kundalini und einem Energiestau unterhalb oder oberhalb des Halschakras.(1,2).

Ich habe mir nun überlegt, ob sich aus den genannten Themen auch die Fähigkeit, Mehrdeutigkeit und Vielfalt auszuhalten und zu leben, ergibt.

Anregung, darüber nachzudenken fand ich vor allem in dem Buch von Thomas Bauer: *Die Vereindeutigung der Welt.* (3) Bauer ist Germanist und Islamwissenschafter und lehrt an der Universität Münster.

Der Autor weist in seinem Essay darauf hin, dass wir es allenthalben mit einem Verlust an Vielfalt zu tun haben: Verlust an Artenvielfalt durch Verlust an Lebensraum – das betrifft beispielsweise Singvögel und Insekten. Verlust an Kulturpflanzen durch gezielten Anbau einiger weniger markttauglicher Sorten. Sogar Verlust der Sprachenvielfalt ist zu beklagen: Ein geschätztes Drittel der weltweit gesprochenen Sprachen wird in den nächsten Jahrzehnten aussterben, weil niemand mehr leben wird, der sie spricht, an die nächste Generation weitergibt und unterrichtet. Dabei ist doch Sprache nicht nur Kommunikationsmittel, sondern auch Weltbeschreibung und kreative Wiedergabe von Erleben und Empfindung!

Sprache ist nicht nur Kommunikationsmittel, sondern auch Weltbeschreibung und kreative Wiedergabe von Erleben und Empfindung.

Vielfalt herrscht nur im Warenangebot: Genuss- und Nahrungsmittel, Kleidung, Dekorgegenstände, Unterhaltungsangebote, technische Spielzeuge kommen in immer neuer Zahl und Variante daher, um Bedürfnisse zu wecken und den homo consumens bei der Stange zu halten.

Dagegen wird auf vielen anderen Gebieten Vielfalt, zum Beispiel Meinungsvielfalt, nicht geschätzt:

„Bist Du dafür oder dagegen?

Denkst Du so wie wir oder wie die anderen, die Feinde?

Wie, Du meinst, man müsse überlegen, abwägen, man könne sich noch keine endgültige Meinung bilden?

Es sei noch zu früh, um solch weitreichende Entscheidungen zu treffen?

Ja, siehst Du denn nicht, dass wir keine Alternative haben?“

So und ähnlich tönt es seit einigen Jahren immer häufiger. Wer meint, dass Ereignisse im Kleinen wie im Großen nicht immer so eindeutig seien, wie sie erscheinen; dass es nicht nur eine Wahrheit gibt und diese auch nicht immer eindeutig erkennbar sei, geschweige denn, zu konkreter Handlung führt, erntet oftmals Unverständnis, Aggression und Schmähung. Vorbei die Zeiten, als der österreichische Bundeskanzler Alfred Sinowatz angesichts eines Umweltkonfliktes (es handelte sich um ein Staudammprojekt an der Donau bei Hainburg im Jahr 1984) ein Moratorium mit den Worten begleitete: *„Es ist alles sehr kompliziert“*. Heutzutage spricht man von Alternativlosigkeit und meint damit Ratlosigkeit, Phantasielosigkeit und Mutlosigkeit.

Vielfalt im Denken, in der Werthaltung, der Einstellung zu den Geschehnissen, Mehrdeutigkeit ist in Verruf gekommen. Interventionismus ist beliebter. Das kann man auf vielen Ebenen feststellen: In der Politik allemal – die Macher sind gefragt, das Wählerpublikum will keinen „Parteienstreit“. In der öffentlichen Diskussion immer wieder: Wer darauf hinweist, dass kriegerische Konflikte immer eine Vorgeschichte haben, die Fehlverhalten aller Konfliktparteien beinhaltet, wird beispielsweise als „Putinversteher“, „Antisemit“ oder „Islamfeind“ bezeichnet. Wer Mitgefühl und Verständnis für Geflüchtete aufbringt, wird abfällig „Gutmensch“ genannt. Wer darauf hinweist, dass allgemeine Einschränkungen hinsichtlich unserer Lebensweise ökologisch notwendig sind, ist ein „Ökokommunist“. Auch in der „Cancel Culture“ erkennen wir die Unfähigkeit verschiedener Gruppen, eine andere Meinung als die eigene zu diskutieren, sich die Argumente anderer anzuhören, geschweige denn, gelten zu lassen. Der Raum für offene Debatte und freie Meinungsäußerung wird enger, indem man versucht, Personen, die vermeintlich falsch argumentieren, zu diffamieren und moralisch zu vernichten. (4)

Ein Gebiet, auf dem ich mich auskenne, ist die Medizin: hier ist Abwägen und Abwarten angesichts eines unklaren Beschwerdebildes unbeliebt, wird oftmals nicht das gelindere Mittel gewählt, das vielleicht langsamer wirkt, aber auch weniger Nebenwirkungen hat, werden oftmals sinnlose Untersuchungen gemacht, nur damit „etwas geschieht“. Und bekanntlich hat es nur eine Art von Medizin zu geben, die universitär gelehrte nämlich, aber nicht all die bewährten Formen der Behandlung, die Körper, Seele

und Geist mit einbeziehen, allen voran die Homöopathie. Besonders deutlich wurde dies während der Coronakrise, als es Heilpraktikern und Ärzten verboten war, an Covid erkrankte Personen mit homöopathischen Arzneien zu behandeln, obwohl diese gut, rasch und nebenwirkungsfrei halfen, wie die dennoch geübte Praxis zeigte. Wer darauf hinwies, dass es außer Maskentragen, Lockdowns und Impfung auch noch etliche Möglichkeiten gab, das Immunsystem mit gesunder Ernährung, ausreichend Schlaf, Bewegung in frischer Luft, Heilpflanzen und ausreichender Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen zu unterstützen, wurde schnell als Coronaleugner und Schwurbler abgetan. Nur eine Sichtweise hatte zu existieren. Dass die damit verbundene Vorgangsweise Angst auslöste und damit die Menschen erst recht schwächte und krankheitsanfällig machte, wurde offenbar hingenommen.

Als Psychotherapeutin werde ich gelegentlich gefragt, was denn die „Lösung“ für ein Problem sei. Davon abgesehen, dass Lösungen immer individuell sein müssen, pflege ich auf notwendige Prozesse hinzuweisen, die fortschreitende Entwicklung samt Abwägen aller Möglichkeiten. Auch hier nichts Eindeutiges, Allgemeingültiges. Zugleich kann auf der Ebene der Gefühle ein „so UND so“ erlebt werden.

Es scheint so, dass wir die Vielfalt der Meinungen, der Sichtweisen, der Lebensentwürfe, der Mehrdeutigkeit nicht mehr ertragen.

Nun sind wir auf der Welt ständig Eindrücken ausgesetzt, die nicht nur unterschiedlich wahrgenommen, sondern auch unterschiedlich interpretiert werden können. Vieles erscheint auf den ersten Blick unklar, ergibt keinen eindeutigen Sinn, erscheint voller Widersprüche, erlaubt mehrere Zugänge, verlangt verschiedene Vorgangsweisen und beinhaltet die Möglichkeit der Verfehlung, sogar des Scheiterns.

Ambiguität ist mit Lebendigkeit verbunden. Lebendigkeit beinhaltet Widerspruch, Auseinander-setzung und Zusammen-setzung.

Diese Mehrdeutigkeit nennt man Ambiguität. Davon zu unterscheiden ist Ambivalenz. Darunter versteht man das gleichzeitige Erleben scheinbar oder tatsächlich widersprüchlicher Gefühle – ein Beispiel dafür wäre Hassliebe. Man hasst und liebt eine Person zugleich, fühlt sich angezogen und gleichzeitig abgestoßen.

Ambiguität ist allerdings nur beschränkt und nicht lange auszuhalten, weil sie Unsicherheit bewirkt, vor allem dann, wenn wir wenig innere Sicherheit erleben und Schwierigkeiten damit haben, die polare Weltordnung anzuerkennen. Auftretende Ängste werden bekämpft, indem die Scheinsicherheit einer Gruppe gesucht wird, in der völlige Übereinstimmung herrscht. Die oftmals beklagte Spal-

tung der Gesellschaft, die schon lang vor der Coronakrise zu erkennen war, ist die Folge davon und hat zu großem individuellen und kollektiven Leid geführt.

Leider ist Ambiguität in tatsächlichen oder scheinbaren Krisenzeiten am wenigsten zu ertragen. Es gilt dann, rasche Entscheidungen zu treffen. Stellen sich diese Entscheidungen aber als falsch heraus, sollte nicht halsstarrig daran festgehalten werden, sondern ein zeitlich begrenzter Prozess des Abwägens und Neuentscheidens in Gang gesetzt werden.

Ambiguität lässt sich niemals gänzlich beseitigen: die Diplomatie hat es sich zur hohen Kunst gemacht, scheinbar unvereinbare Gegensätze zu Kompromissen zu führen, mit denen beide Parteien leben können. Auch in Alltagsbeziehungen geht es immer wieder darum, unterschiedliche Sichtweisen, Wahrnehmungen und daraus resultierende Empfindungen mitteilen und akzeptieren zu können, uns aufeinander abzustimmen und einander Raum zu geben. Geschieht das nicht, zu entstehen daraus Dauerstreitigkeiten mit allen zerstörerischen Folgen.

In Alltagsbeziehungen geht es immer wieder darum, unterschiedliche Sichtweisen, Wahrnehmungen und daraus resultierende Empfindungen mitteilen und akzeptieren zu können.

Doch warum erleben wir diese mangelnde Ambiguitätstoleranz? Hat es mit tiefer existentieller Verunsicherung durch die negativen Folgen der Globalisierung zu tun? Liegt es an der Reizüberflutung durch zu viel Information und Medienkonsum? Ist es die Auswirkung von zu viel Bürokratisierung und Technisierung? Begegnen wir einander zu wenig in der realen und zu viel in der virtuellen Welt, in der keine echte Begegnung mehr stattfindet? Spiegelt sich die digitalisierte Maschinenwelt, die nur 0 und 1 kennt, in uns wieder? Handelt es sich um einen Entwicklungsschritt in Richtung Maschinenmensch, dem autonome Entscheidungen von angeblich unfehlbaren, weil nicht emotionsgesteuerten Maschinen abgenommen werden, sodass er gefahrlos durch sein Dasein – als Leben kann ich das nicht mehr bezeichnen – navigieren kann? Es wird wohl auch keine eindeutige Antwort auf diese Fragen geben.

Ambiguität ist mit Lebendigkeit verbunden. Lebendigkeit beinhaltet Widerspruch, **Auseinander**-setzung und **Zusammen**-setzung. Das führt zur Verbundenheit. Diese wiederum ist neben der Möglichkeit der kreativen Lebensgestaltung ein Grundbedürfnis des Menschen. Professor Gerald Hüther, Neurobiologe, Hirnforscher und großer Humanist weist in seinen Publikationen und Vorträgen immer wieder darauf hin. (5)

Wir brauchen Verbundenheit mit anderen Menschen. Nicht nur mit denen, die die gleiche Ansicht wie wir haben, sondern auch mit anders Denkenden, denn dadurch kommt es über die Polarität zur Einheit. Das geschieht nur, wenn wir die Mehrdeutigkeit ertragen und ausbalancieren können.

Wir brauchen auch die Verbundenheit zu unserem höheren Selbst, denn nur so finden wir wirkliche Sicherheit.

So kommen wir wieder zu den Energiemustern des Halschakras. das, wie erwähnt, die Vermittlerrolle zwischen Denken und Fühlen, zwischen Rationalität und Emotionalität spielt. Zeigt das Halschakra dysfunktionale Schwingungsmuster, so drückt sich das beispielsweise in Angst aus. Wir erleben Einengung – im Denken, in der Betrachtung unserer Umwelt. Auch Wut kann entstehen – als Angstbindungsreaktion. Gefragt, was das Gegenteil von Angst sei, antworten die meisten Menschen: *„Vertrauen“*. Spirituelle Lehrer und Lehrerinnen antworten oftmals *„Liebe“*. Das ließe vermuten, dass die Herzensqualität, die Kraft aus dem Herzchakra im Aufsteigen ein dysfunktionales Halschakra zu harmonischen Schwingungsmustern bringen kann. Das wird nicht immer genügen. Oftmals braucht es die gepolten Hände des Heilers, der Heilerin, um das Halschakra zu harmonisieren. Damit es im wesentlichen dabei bleibt, braucht es Einsicht und Verhaltensänderung der betreffenden Person. Eine Verbundenheit zwischen Verstand und Gefühl, ein Verständnis für die eigene Gefühlswelt und der anderer Menschen. Dazu benötigen wir das Hinhören, die „offenen Ohren“.

Wir brauchen Verbundenheit mit anderen Menschen. Nicht nur mit denen, die die gleiche Ansicht wie wir haben, sondern auch mit anders Denkenden, denn dadurch kommt es über die Polarität zur Einheit.

Über das Halschakra werden auch die Lunge, die Schilddrüse und das Lymphsystem gesteuert. Die Lunge ist ein Organ des Austausches, der Kommunikation. Zugeordnet sind ihr auch die Charakterzüge der Toleranz und die Empfindung der Trauer. Dem Lymphsystem werden die Begriffe der Freiheit und der Resonanzfähigkeit zugeordnet. Die Schilddrüse steuert den Stoffwechsel, sowie die Balance zwischen Depression und Aggression. Ein mitsamt sei-

nen Unterfunktionen harmonisch rund schwingendes Halschakra ermöglicht uns daher:

- Austausch mit anderen Menschen
- Toleranz und Akzeptanz für die Lebensweise anderer Menschen
- die eigene Freiheit zu leben und die anderer Menschen zu respektieren
- in Resonanz mit unseren Mitgeschöpfen zu gehen
- ein maßvolles Temperament zu entwickeln, das uns auch ermöglicht, wenn nötig, „auszuteilen“ und „einzustecken“

Heiltraditionen auf der ganzen Welt kennen als Möglichkeit zur Überwindung von Angst und Spaltung, von Konflikt und Hass den Tanz, den Rhythmus, die Musik, den Gesang. Immer damit verbunden ist die Resonanz, das Schwingen auf gleicher Frequenzebene.

Gibt es noch weitere Möglichkeiten, das Halschakra zu harmonisieren? In der spirituellen und heilerischen Tradition, aus denen der Chakrenbegriff kommt, den indischen Veden, kennt man körperliche Yoga- und Atemübungen zur Öffnung des Halschakras. Auch Gesang kann das Halschakra öffnen. Ist aber Öffnung gleichbedeutend mit Harmonisierung?

Im Sinne der Mehrdeutigkeit und das Austausches möchte ich mit diesem Beitrag eine Diskussion anstoßen:

Was sind Ihre/Eure Gedanken zu dem beschriebenen Phänomen Ambiguität? Was sind Ihre/Eure Erfahrungen in der Behandlung von hilfesuchenden Menschen, auch in Krisenzeiten – individuell oder kollektiv? Welche Erfahrungen haben Sie/ habt Ihr mit Harmonisierung und Öffnung des Halschakras? Kommen wir ins Gespräch und behalten wir unsere Erfahrungen und Erkenntnisse nicht für uns, sondern teilen wir sie, indem wir sie mitteilen und andere an unseren Erkenntnissen teilhaben lassen. Auch dies ist eine Qualität des Halschakras.

Quellen

Horst Krohne; *Die Schule der Geistheilung;* Heyne Verlag 2004 (1)
Horst Krohne; *Ansteckende Gesundheit;* Heyne Verlag 2007 (2)
Thomas Bauer; Die Vereindeutigung der Welt; Reclam Verlag 2018 (3)
Zeitschrift „EMMA“ Nr 5/2023 *„Cancel Culture an den Unis“* (4)
www.gerald-huether.de (5)

Dr. med. Susanne Stoeckl-Gibs

- Von 1984 bis 2018 in eigener Praxis als Ärztin für Komplementärmedizin und Psychotherapie tätig
- 2015–2017 Ausbildung in der Schule für Geistheilung nach Horst Krohne bei Dozent Ing. Thomas Gruber
- 2022–2023 Ausbildung zur Integrativen Ernährungsexpertin nach Dr. Claudia Nichterl

Ich lebe und arbeite in Wien, seit 2019 als Psychotherapeutin und Geistheilerin. Meine Kenntnisse aus meiner ärztlichen Tätigkeit und aus dem Ernährungswissen fließen in meine tägliche Arbeit mit ein.

Ihre Fragen zum Artikel beantworte ich gerne unter meiner email- Adresse: susanne@dr-stoeckl.at

Anmerkung der Redaktion: Dieser Beitrag stammt von einer externen Verfasserin, für den Inhalt wird keine Haftung übernommen.