

## Warum ich? Die Frage nach dem Sinn

*Der Frühling erweckt neue Lebensgeister in uns, die Tage werden wärmer, überall sprießt und gedeiht die Natur. Mit jeder Knospe, die sich öffnet und zu einer wundervollen Blüte wird, zeigt die Natur ihre Wunder. Freuen wir uns darüber täglich.*

Es sind nicht die schönen, angenehmen, sondern die unerwarteten, unerfreulichen Ereignisse in unserem Leben, die uns aus der Fassung bringen können oder Sorge bereiten. Wir verstehen nicht, wieso beispielsweise eine Krankheit wie Krebs in unser Leben getreten ist und sind völlig aufgewühlt.

Wir fragen nach dem Warum. Das Gedankenkarussell setzt sich fort mit Fragen wie: Warum geschieht ausgerechnet mir das? Ist nicht schon genügend Druck da, die adäquate medizinische Therapie zu finden, die Folgen einer Diagnose zu verarbeiten, unsere Betroffenheit zu überwinden, muss ich jetzt auch noch nach dem Sinn fragen? Mit dem forschenden Warum reisen wir in der Vergangenheit. Obwohl die Vergangenheit vorbei ist, beschäftigt sie uns im Kopf unablässig. Gute Aspekte der Vergangenheit geraten dabei völlig in den Hintergrund. Die Gegenwart wird kaum wahrgenommen. Bis zu 80.000 Gedanken, die wir täglich denken, bringen uns eifrig weg von der Gegenwart. Manchmal ist die Zeit nicht passend, nach Antworten zu suchen, und es darf Teil unseres Menschseins sein, dass Fragen eine Weile offen bleiben.

Bei der Krankheitsbewältigung sind zwei Seiten zu berücksichtigen: Was kann ich sinnvoll praktisch und medizinisch in die Wege leiten, und was hat eine Krankheit mit mir ganz persönlich und mit meinem Leben zu tun? Schenken und gönnen Sie sich Zeit, Lebensereignisse zu verdauen. Krankheit ist ein Pro-

zess und lässt sich nicht sogleich wegzaubern, auch wenn das der berechtigte spontane Wunsch von uns ist. Die Krankheit braucht eine liebevolle Hinwendung auf vielen Ebenen. Vor allem die Zuwendung zur Ebene unseres Herzens und nicht nur des Verstandes. Vielleicht liegt die „Ursache“ der Erkrankung in der Zukunft. Nicht wenige ehemals Betroffene berichten rückblickend, dass sie durch ihre Neuausrichtung in ihrem Leben ganz andere Wege eingeschlagen haben. Entwicklungsschritte wurden möglich, die die Menschen ohne die Krankheit nicht gemacht hätten.

So ist es für die Gesundheit wenig förderlich, den Blick nur auf Hindernisse und Probleme zu richten, von denen es (fast) immer zu viele gibt. Lösungsmöglichkeiten können nicht sichtbar werden. Wir wünschen uns Hilfe und Unterstützung in der Außenwelt, die leider nicht immer in der Form kommt, wie wir sie uns erhoffen. Gerade in diesen Situationen, in denen wir uns von Gott und der Welt verlassen fühlen, ist es bedeutend, nicht zusätzlich noch mit sich zu hadern, Selbstvorwürfe anzuhäufen oder sich für irgendetwas schuldig zu fühlen. Gerade dann nehmen Sie sich selbst bitte in die Arme, sagen sich liebevolle Gedanken und spenden Trost.

Seien Sie von Herzen bereit, alle ihre Gefühle zu spüren, ohne sich in ihnen zu verlieren. Wenn wir uns in unsere Gefühle hineinsteigern, überwältigen sie uns. Wenn wir sie be-



obachten und liebevoll annehmen oder auf den Schoß nehmen können wie ein trauriges, verunsichertes kleines Kind, eröffnen sich Wege zum Vertrauen. Dieses Vertrauen ist eine entscheidende Basis für neue Sichtweisen.

Auf diesem Wege unterstützen wir Sie auch im vorliegenden Heft. Die Suche nach Wegen der Kreativität, der Achtsamkeit, der Ausrichtung auf viel Gutes, was uns in jedem Moment auch geschieht, hilft uns, mit unserer inneren Weisheit in Verbindung zu kommen.

In herzlicher Verbundenheit

Ihr



Dr. med. György Irmey

Ärztlicher Direktor der Gesellschaft für  
Biologische Krebsabwehr e. V.