

6. Die Sache mit dem Geist

Wir haben bereits an mehreren Stellen im bisherigen Verlauf des Buches festgestellt, dass unser Geist eine entscheidende Schlüsselposition bei unserem Versuch innehat, das Geheimnis der wahren Gesundheit zu lüften und herauszufinden, wie unser Körper eigentlich funktionieren sollte und wozu er wirklich geschaffen worden ist. In der Tat spielt er selbst bei den einfachsten alltäglichen Vorgängen eine so zentrale Rolle – und das, ohne dass wir uns dessen bewusst sind –, dass man sich immer wundern muss, wie alles so reibungslos funktioniert.

Betrachten wir nur einmal als ein kleines Beispiel eine Autofahrt mit der Familie ins Grüne. Dabei hat der Fahrer trotz der Geschwindigkeit des Autos stets alle Verkehrszeichen, Querstrassen, den Gegenverkehr und auch die Fahrzeuge im Rück- und Seitenspiegel voll im Überblick. Gleichzeitig bremst er, schaltet er und gibt Gas je nach Notwendigkeit – und das, ohne darüber nachzudenken. Welche Leistung allein dies ist, wird uns bewusst, wenn wir uns wieder an unsere Fahrschulzeiten zurück erinnern, wo jedes Schalten ein Abenteuer war, mit Gehoppel und Geruckel und gelegentlich auch unter Abwürgen des Motors. Jetzt aber geht alles ganz nebenbei. Der Fahrer hört sogar Radio, unterhält sich mit seiner Frau neben ihm, weist immer wieder die Kinder zurecht, die sich auf dem Rücksitz streiten, und lässt sich die unleidliche Diskussion mit seinem Chef vom Vortag nochmals durch den Kopf gehen. All diese Vorgänge unterliegen der Aktivität seines Geistes. Doch ist das bei Weitem noch nicht alles. Denn gleichzeitig steuert und überwacht der Geist die Verdauung des Mittagessens, die korrekte Verteilung der Nährstoffe, die Entsorgung der unerwünschten Stoffwechselschlacken, die Atmung, den Herzschlag, die Funktion der Leber und der Nieren, das Immunsystem, die Funktion der Hormondrüsen und ihre Abstimmung mit der Gefühlswelt, koordiniert die Heilung des Fingers, in den der Fahrer sich am Vorabend geschnitten hat, und des Schnupfens, der noch immer nicht ganz vorbei ist, sowie das durch das gestrige Training stimulierte Wachstum der Muskeln und leitet schliesslich auch noch den kontinuierlichen Erneuerungs- und Austauschprozess des Körpers. All das – und noch viel mehr, was wir hier gar nicht alles aufzählen können – ständig, gleichzeitig und ohne den geringsten Fehler!

Doch ist das wirklich wahr? Hatte er nicht soeben die Bemerkung seiner Frau falsch verstanden? Und vorhin das Auto von rechts, das hatte er

doch erst verdammt spät bemerkt! Ausserdem hat er förmlich Magenschmerzen wegen diesem Idioten von Chef, und der Schnupfen sollte eigentlich auch schon längst vorbei sein. Zudem haben wir in Kapitel 3 ja bereits gesehen, dass auch dieser Austausch- und Erneuerungsprozess nicht ganz so funktioniert, wie er sollte. Irgendetwas ist also wohl doch nicht völlig in Ordnung.

Wenn wir uns diese beeindruckende Auflistung von Aufgaben nochmals vor Augen führen und im Geiste noch all diejenigen hinzufügen, die wir hier gar nicht erwähnt haben, dann drängt sich der Vergleich mit einem Computer auf, bei dem zu viele Programme geöffnet sind und der dann irgendwann anfängt zu “spinnen”. Dies kann sich darin äussern, dass einige Programme “hängen”, also einfach nicht mehr weiter ausgeführt werden, dass er sich bei einem Programm in einer Schleife verfangen hat und immer wieder die gleiche Operation ausführt, ohne dass man ihn davon abbringen könnte, oder dass er sogar Fehler macht, also andere Befehle ausführt als die, die man ihm gegeben hat. Auf jeden Fall wird er langsamer, die Leistung pro Programm sinkt, und wenn alles schief geht, dann bleibt er stehen und es rührt sich überhaupt nichts mehr. Was wir bei einem Computer in solch einem Fall tun, das wissen wir: Wir müssen ihn neu booten. Dafür gibt es sogar spezielle Tastenkombinationen und Schaltknöpfe. Doch was machen wir mit unserem Geist?

Beispiele solcher Aussetzer, also hängender Programme, kennt wahrscheinlich jeder aus eigener Erfahrung, und die längerfristigen körperlichen Folgen der chronischen Überlastung des Geistes sind allenthalben zur Genüge erkennbar. Ein Beispiel einer endlosen Programmschleife war Herta, eine Frau mittleren Alters, die zu einem Ritam-Samations-Kurs in einer kleinen ländlichen Gemeinde in Deutschland erschien. Sie war bereits beim Informationsvortrag aufgefallen, da sie ständig unregelmässig und unkontrolliert mit dem Kopf zuckte. Dieses Problem habe sie schon seit ihrer Jugend, berichtete sie, und es sei gerade in letzter Zeit immer schlimmer geworden. Sie nahm an dem Kurs teil, und bereits nach ihrer ersten Samation, also nach der Unterweisung, waren ihre Zuckungen erheblich zurückgegangen. Noch im Laufe des Kurses erzählte sie, dass sie immer wieder von Bekannten angesprochen werde, die sie verwundert fragten, was sie denn mache, dass sich ihr Problem so enorm verbessert habe. Nach etwa einem Monat kam sie dann noch einmal, um sich ausdrücklich für die geradezu wunderbare Hilfe zu bedanken. Ein Zucken war bei ihr nicht mehr zu bemerken.

“Nur wenn ich sehr aufgeregt bin, kommt nochmal so etwas durch,” sagte sie, “doch das werde ich auch noch wegbekommen.”

Wieder eine Wunderheilung durch AyurVeda Ritam? Einen ähnlichen Eindruck hat sicherlich ein Computer-Neuling bei seinem ersten “Absturz”, wenn ein Profi kommt, den Computer durch eine magisch anmutende Tastenkombination neu bootet, und danach alles wieder wie reibungslos funktioniert. So vereinfachend diese Analogie ist und so viele Unzulänglichkeiten sie sicherlich hat, so kommt sie doch der Realität in vielen entscheidenden Punkten recht nahe, so dass sie es ermöglicht, eine ganze Reihe geistiger Prozesse besser zu verstehen. So ist auch unser Geist in zahlreichen Schleifen und Spiralen gefangen, und kann andererseits einige seiner Programme nicht oder zumindest nicht korrekt ausführen, weil wir ihn permanent auf der Ebene des bewussten Denkens festhalten und überfordern. Es gelingt ihm – und uns – nicht, ihn aus dieser Ebene loszulassen, ihn “herunterzufahren”, bzw. “neu zu booten”. Immer mal wieder mag dem einen oder anderen sporadisch für kürzere oder längere Augenblicke spontan ein solches “Abschalten” gelingen – was auch stets als überaus angenehm und erstrebenswert geschildert wird – doch im entscheidenden Augenblick fehlt uns die richtige “Tastenkombination”, um wieder Ordnung in unseren Programmsalat zu bringen.

...