

# Schwer krank und gesund

Schwer krank und gesund – wie geht das?

Vor zehn Jahren bekam ich die Diagnose Amyotrophe Lateralsklerose ALS. Ein grosser Schock. Die Muskeln im ganzen Körper schrumpfen, meine Sprache wird versagen. Mir bleibt nur das Sch-Wort. ALS ist eine neurologische Krankheit, und oft sterben Menschen innerhalb von vier Jahren. In diesem Jahr ist das Buch<sup>1</sup> erschienen, mit Text und Lyrik habe ich mitgewirkt. Neben 23 Porträts von René Rohr über Menschen mit Querschnittlähmung, ALS oder MS, enthält es weitere Beiträge: ein Geleitwort von Ständerätin Marianne Binder-Keller zur politischen Dimension, einen Text von Peter Lude zur dramatischen Versorgungslücke sowie ethische Gedanken von mir.

Krankheiten sind oft ein schweres Los. Sie belasten auch die pflegenden Angehörigen, die neben Mehrarbeit und ohne finanzielle Entschädigung ebenso unter grosser emotionaler Belastung leiden. Kommen Schmerzen hinzu oder bleibt die Krankheit unsichtbar, wird es für beide Seiten noch schwerer. Im Buchtitel klingt auch Leichtigkeit an. Im Bewusstsein, dass alle ihre Krankheit anders wahrnehmen, schreibe ich von mir. Ich rannte als Läufer etwa zwanzig Kilometer pro Woche. Heute finde ich schon den Gang ins Bad mühsam. Und doch empfinde ich mich immer wieder leicht, denn ich bin mehr als mein Körper. Auf Hilfe angewiesen und an den Rollstuhl gebunden zu sein, ist schwer, trifft mich aber nicht im Kern. Zugespitzt formuliert: Mein Körper ist krank, und ich bin gesund.

Ich bin in homöopathischer Behandlung, und viele Symptome sind besser geworden, etwa Spastik, Verschlucken oder Erstickungsanfälle. In den homöopathischen Globuli wirken allein Schwingungen, das habe ich erfahren. Der niederländische Homöopath Ewald C. W. Stöteler beschreibt es so: «Jeder Krankheit geht eine dynamische Störung der Lebenskraft voraus, und erst dann manifestiert sie sich als Symptome,

zuerst als Störung der Empfindungen und des Wohlfühls auf funktionaler, emotionaler und mentaler Ebene, bis schliesslich auch die Gesundheit des stofflichen Körpers gestört werden kann und sich eine physikalische Pathologie entwickelt.»<sup>2</sup>

Die sogenannte «Schulmedizin» betrachtet Krankheit als eine körperliche Fehlfunktion mit einer messbaren Abweichung von statistischen Normwerten, als ein komplexes Zusammenspiel von biologischen, psychischen und sozialen Faktoren. Sie erkennt Krankheit erst, wenn Symptome da sind. Wenn Ärzt\*innen keine klare Ursache finden, heisst es oft, die Beschwerden seien psychosomatisch. Damit ist aber nicht viel gewonnen. Die Homöopathin oder der Homöopath hingegen sieht jeden Menschen als einzigartig an und trennt nie zwischen Körper und Psyche. Homöopath\*innen behandeln beides gleichzeitig, also den ganzen Menschen. Lebenskraft verstehe ich als Energie und Schwingung, die angeregt wird.

Die Schulmedizin und die Ärzt\*innen leisten Erstaunliches, besonders in der Chirurgie, sind aber in vielen Fällen ratlos, denn ihre Methode gründet auf einem materialistischen Menschenbild. Nur Messbares ist im Blick, und Therapien gleichen oft einem Krieg, indem mit Waffen das vermeintlich Böse bekämpft wird; dabei geschieht selten eine tiefe Heilung. Ein gestörtes Gleichgewicht im komplexen Zusammenspiel aller sozialen, physischen und psychischen Einflüsse kann kaum erfolgreich behandelt werden. Da könnte die Homöopathie mit ihrem Menschenbild, das auf Schwingungen beruht, weiterhelfen. Sie wird nicht nur unterschätzt, es fehlt auch an Geld für die Forschung. Es schmerzt mich, von kranken Menschen zu hören, die jahrelang Pharmamittel einnehmen, ohne dass sich etwas bessert, und zudem noch an Nebenwirkungen leiden. Ein ganzheitlicher Ansatz wie etwa bei der Homöopathie könnte lindern oder sogar heilen. Bei ALS gibt es homöopathisch zurzeit nur Erleichterungen, aber bis heute keine Berichte von Heilungen. Das ist im Vergleich zur Schulmedizin aber schon viel. Homöopathie könnte in enger Zusammenarbeit mit der Schulmedizin eine sanfte und wirkungsvolle Therapie sein.

Ich habe gelernt, dass das Wesentliche schwerelos ist: Lebenskraft, Liebe, Zuwendung, Aufmerksamkeit, Empathie, Menschlichkeit und vieles mehr. Und ich bin überzeugt: Leben ist Entfaltung bis zum letzten Atemzug, auch wenn ich sie nicht immer wahrnehmen kann. Das steht im Widerspruch

zur Leistungsgesellschaft, in der Immobilität, Langsamkeit, Schwäche oder Demenz als fehlerhaft und als Versagen gesehen werden. Zu lernen, mit Grenzen umzugehen, ist Aufgabe aller Menschen. Meine Begrenzungen sind viel grösser. Das ist schmerzhaft, kann aber auch helfen, den Tod zu akzeptieren. Mit weniger Möglichkeiten nimmt paradoxerweise meine Freiheit zu, und Schweres wird manchmal leichter. So wird mir bewusst, dass ich ein geistiges und energetisches Wesen bin und der physische Körper nicht so wichtig ist.

Das Leichte kommt auch im Humor zum Ausdruck und bedeutet, über Schweres an mir zu lachen, mich nicht so ernst zu nehmen und loszulassen. In meinem Buch schrieb ich: «Mir gefällt die Idee, den Tod als ein grosses Ja zum Leben zu deuten. Fühle ich mich in das riesige Lebensnetz eingebunden, dann ist mein Sterben sinnvoll. Denn ohne ein Gleichgewicht zwischen Werden und Vergehen gibt es keine gesunde Gemeinschaft.»<sup>3</sup> Das Leichte, das für mich Gewicht hat, bedeutet bei allen Einschränkungen, das zu sehen, was gut ist, was Freude macht und verbindet. So werden die Berichte über die schweren Schicksale im Buch zu einer Anleitung zur Freiheit.

Waage

Meine Waage  
misst alles  
ohne  
Gewicht

die Strahlen  
der Sonne  
der Blume  
deiner Augen

Auf meiner Waage  
haben dein Gesicht  
Atem und Licht  
Liebe und Worte

Gewicht

*unveröffentlicht*

○ Thomas Gröbly, \*1958, ist gelernter Bauer, reformierter Theologe, Ethiker, war Dozent und ist Autor, Lyriker und Leiter des Verlages volleshaus.

- 1 Peter Lude, Thomas Gröbly, René Rohr: *Schwere Los. Aus dem Leben mit Querschnittlähmung, ALS, MS oder Parkinson. Begegnungen auf der Station Rückenwind Plus in Bad Zurzach*. Baden 2026
- 2 Ewald C.W. Stöteler: *Hahnemanns Homöopathie. Die Klassifikation und Behandlung von Krankheiten nach Dr. Samuel Hahnemann*. Den Dolder/NL 2021, S. 36.
- 3 Thomas Gröbly: *Einen Augenblick staunen*. Basel 2022. S. 53

# Das Wesentliche ist schwerelos: Lebenskraft Liebe, Zuwendung Empathie, Menschlichkeit.