

Zum Titelbild:

Kintsugi ist das japanische Kunsthandwerk, zerbrochenes Porzellan zu kitten und die Risse durch Vergoldung sichtbar zu machen. Diese Tradition lehrt, dass Schönheit nicht in der Perfektion zu finden ist, sondern im guten Umgang mit den Brüchen und Versehrtheiten.

Wilfried Nelles

Malte Nelles

Thomas Geßner

Heilung

1. Auflage 2025

Copyright © 2025 Innenansichten

Umschlaggestaltung und Satz: Silke Scheer

Lektorat: Kerstin Schwald

Produktbeauftragter: Malte Nelles

Druckerei C.H.Beck

Printed in Germany

ISBN Buch: 978-3-910654-09-9

ISBN E-Book: 978-3-910654-10-5

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck und fotomechanische Wiedergabe,
auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des Verlags.

Wir behalten uns eine Nutzung des Werks für Text und Data Mining
im Sinne von § 44b UrhG vor.

Für direkten Kontakt und Fragen zum Produkt wenden Sie sich bitte
an: info@nellesinstitut.de.

INHALT

VORWORT	9
HEILUNG	13
Malte Nelles	
Der persönliche Hintergrund	15
Heilung durch Liebe	18
Heilung durch das Ich	20
Die Grenzen des Ich	24
Heilung durch Kapitulation	27
Heilung durch die Wirklichkeit	31
Heilung durch Wachstum	35
Heilung durch Geschehenlassen	39
Heilung durch neue Probleme	41
Heilung durch Hineingehen (Initiation)	45
RETTUNG UND HEILUNG	51
Thomas Geßner	
Der persönliche Hintergrund	52
Rettung	53
Heilung	55
Rettung und Wahrheit	60
Heilung und Symptome	64
Heilung und Lebendigkeit	67
Heilung und Tod	70
Rettung und »Trauma«	71
Heilung und Rettung als innere Grundbalance	73
Heilung und Rettung in den einzelnen Bewusstseinsstufen	74

KREBS – TODFEIND UND HEILER	97
Wilfried Nelles	
Diagnose Krebs	98
Der Beginn der Heilung	103
Der Kampf gegen den Krebs	106
Krebs als Spiegel	109
Über die Ursachen von und den Umgang mit Krebs	111
Erfahrungen: Die Gegenwart des Todes	114
Das Leben geschieht	119
Schuld	124
Der Baum der Erkenntnis	126
Was ist Heilung?	128
Medizin als Reparaturbetrieb	131
»Rettung« kommt von außen, Heilung von innen	133
Der Irrtum des Absoluten, oder: Im Leben ist alles relativ	135
Der Terror von »richtig« und »falsch«	138
Dem Leben vertrauen	141
Die Logik der Seele	143
Erfahrungen: Trauma und Heilung	146
Abschied und Neubeginn	149
ÜBER DIE AUTOREN	153

*There is a crack in everything. That's how the light gets in.*¹

¹ Leonard Cohen, Anthem

Vorwort

»Wer heilt, hat Recht!«, ist ein alter Satz, der eine tiefe Wahrheit enthält, die heute in der Zeit der »evidenzbasierten Medizin« wie auch der »wissenschaftlichen Psychotherapie« eine ungeheure Provokation darstellt. Hieße dies doch, dass von der Geistheilung über Bachblüten, Naturheilkunde, Homöopathie und unzählige alte oder neue »alternative« Heilverfahren bis hin zur modernen Medizin und kognitiven Verhaltenstherapie alles seine Berechtigung hat, und dass es weder der »Macher«, der jeweilige Arzt oder Heiler ist, dem die Heilung, so sie denn eintritt, zuzurechnen ist, noch die Methode, der er sich bedient.

Jeder Heilung, so unsere Grundhaltung, wohnt etwas Allgemeines, in großen Worten: ein »Ewiges«, inne, das unseren Erklärungsversuchen stets weit voraus bleibt. Denn wer oder was heilt wirklich in den Lebens- und Seelenprozessen, in denen wir Zeuge einer Heilung werden? Heilt der Arzt oder Therapeut mit seiner Methode und der Theorie, die er als Fachmann oder -frau möglichst perfekt beherrscht? Müsste er dann nicht jeden heilen können, der mit einem bestimmten Symptom, das grundsätzlich als heilbar gilt, zu ihm kommt? Oder sind es, worauf insbesondere in der Psychotherapie vieles hindeutet, vielleicht in erster Linie seine persönlichen Qualitäten, seine Empathie, sein Charisma, seine Intelligenz, seine Zuwendung, die heilsam wirken? Oder heilt der Klient sich mit ein wenig Anschub und Inspiration von therapeutischer Seite selbst? Oder hat eine Heilung mit all dem nur wenig bis nichts zu tun und geschieht – als quasi objektiver Prozess – aus sich selbst heraus?

Jede Heilung, sei sie seelisch oder körperlich, ist in ihrem Grunde ein Wunder, und wir stehen als Mensch, dem sie widerfahren ist, staunend vor dem Geheimnis ihres Wirkens, das in unserer Tiefe geschehen ist. »Alles steht im Wunder« bekannte der Görlitzer Mystiker Jakob Böhme. Wo können wir dieses Wundersame erfahren, wenn nicht dort, wo Heilung geschieht?

Dieser spirituellen Anschauung des Heilungsgeschehens möchten wir, Thomas Geßner, Wilfried Nelles und ich (Malte Nelles) folgen, indem wir dem Phänomen der Heilung dadurch nachgehen, dass wir auf unser eigenes Leben schauen und an den Stellen, an denen uns selbst oder den nächsten Menschen in unserem Leben Heilung geschehen ist, nachspüren und hieraus die Schlüsse für unsere Arbeit als Aufsteller und Therapeuten ziehen.

Wir drei arbeiten seit einem guten Jahrzehnt an vielen Stellen zusammen, wobei der jährliche Höhepunkt unserer Kooperation die Sommerakademie ist, die jedes Jahr an unserem Hauptstandort im kleinen Eifeldorf Nettersheim stattfindet. Wir stellen uns dabei in größtmöglicher Offenheit den großen Themen des Lebens, die in den alltäglichen Fragen und Problemen unserer Klienten, mit denen wir praktisch arbeiten, ebenso wie in unserem persönlichen Leben wirken. Nach der »Liebe« und der »Wahrheit« in den Jahren davor stand im Juli 2024 das Thema »Heilung« auf der Agenda (2025 werden uns mit der »Seele« befassen). Aus unseren dortigen Vorträgen und deren nachträglicher Aus- und auch Umarbeitung und Erweiterung haben sich die drei Texte dieses Buches ergeben.

Das vorliegende Buch ist, ohne dass wir uns dies vorgenommen hätten, vielleicht unser persönlichstes geworden. Die vertrauensvolle und menschlich offene Atmosphäre unserer Akademien hat uns aus sich heraus dazu gebracht, dass wir in unseren frei gehaltenen Vorträgen unser eigenes Leben als wichtigste, weil wahrhaftigste Quelle unserer Lebenshaltung wie unseres therapeutischen Denkens und Wirkens herangezogen haben.

Obwohl wir drei unterschiedlichen Generationen angehören und in drei verschiedenen Welten (inklusive Ost- und Westdeutschland) aufgewachsen sind und dadurch geprägt wurden, ist unser Blick auf die Welt, das Leben und seine Phänomene ähnlich. Dies ist nicht anders zu erklären, als dass darin ein Geist wirkt, der über die Begrenzungen des jeweiligen Zeitgeistes hinausblickt. Unser persönlicher Zugang zur Heilung ist unterschiedlich und trotzdem sind wir drei Zeugen desselben »übermenschlichen« Phänomens, das wir auf den folgenden Seiten zu uns sprechen lassen und an dem wir Sie als Leser teilhaben lassen möchten. Auf diese Weise steht dieses Buch vielleicht auch Pate für die grundlegende Einsicht unseres Zugangs zur Psychologie, dass Bewusstsein ein Phänomen ist, in dem das Individuelle als etwas Einzigartiges erscheint und zugleich immer auf etwas Allgemeines verweist, das in ihm wirkt und durch uns zum Ausdruck kommt.

Ein großer Dank geht an unsere Mitarbeiterin Silke Scheer, ohne deren vielfältigen Beiträge dieses Buch nicht entstanden wäre und an Kerstin Schwald, die dem Buch als Lektorin mit ihrem wachen Geist ins Leben half.

Malte Nelles, Berlin im März 2025

Heilung

Malte Nelles

Ich möchte heute über Erfahrungen und Formen von Heilung sprechen, die uns in unserer Arbeit und auch in unserem privaten Leben begegnen. Ich folge hierbei in sehr groben Zügen einem Versuch, den der jungianische Psychoanalytiker Wolfgang Giegerich gemacht hat, in dem er die Frage gestellt hat: »Was heilt in der Psychotherapie?«². Hierbei geht es nicht darum zu schauen, was ich tun muss, um Heilung herzustellen, sondern es wird in der Nachbetrachtung geschaut, was bei den Menschen, denen Heilung widerfahren ist, geschehen ist. Heilung wird demnach weniger als ein subjektiv herzustellender Zustand betrachtet, sondern als etwas, was objektiv, also aus sich heraus, geschieht und an dem wir teilhaben und zeitweilig »mithandeln«. Wir sind, auch als Therapeuten, nicht die Akteure, die sie »machen«. Heilung widerfährt uns – oder auch nicht.

Meine Betrachtung hat keinen Anspruch auf Vollständigkeit und Trennschärfe, sondern folgt dem Strom der Gedanken, die mir zum Thema kamen. Nicht nur nach Rom führen viele Wege, sondern auch zur Heilung – oder in eine andere Richtung – und oft sind diese Wege sehr unterschiedlich. Dennoch möchte ich versuchen, in den Fällen, in denen Heilung geschehen ist bzw. in denen Heilung erfahren wurde, von den konkreten Einzelfällen zu abstrahieren und auf einer allgemeineren Ebene zu schauen, was dort geschehen ist.

2 Giegerich, Wolfgang (2005): Was heilt?, in: Paracelsus Akademie Villach (2005): Heilkräfte. 7. Symposium der Paracelsus Akademie Villach. KI Esoterik Verlag, Villach. Eine erweiterte Version dieses Vortrags ist zudem auf Englisch als Buch erschienen: Giegerich, Wolfgang (2020): What are the factors that heal?, Dusk Owl Books, London Ontario.

Der persönliche Hintergrund

Als ich mich auf diesen Vortrag vorbereitet habe und über das gewichtige Wort »Heilung« kontempliert habe, habe ich einen großen Respekt verspürt. Ich habe mich gefragt, ob ich überhaupt die richtige Person bin, um über dieses Thema zu sprechen. Viele von euch wissen, dass ich eine lange Geschichte mit einer chronischen Erkrankung habe, die in meiner Jugend begann.³ Es ging los als eine schwere, verschleppte Atemwegsinfektion und wuchs sich dann aus in eine chronische, dauerhaft bestehende Symptomatik von Entzündung, Infektanfälligkeit, Müdigkeit und Schwäche, die mein vorheriges Leben beendete. Mein Leben ist seitdem geteilt in ein »Davor« und »Danach«. Seitdem ist nichts mehr so, wie es vorher einmal war.

Mir ist aufgefallen, dass ich vor kurzem mein 25-jähriges »Jubiläum« mit dieser Symptomatik erlebt habe, ohne dass ich bewusst darüber nachgedacht hätte. Natürlich wünsche ich mir bis heute, dass diese Krankheit komplett verschwindet, vor allem in Zeiten, in denen sich die Symptome bemerkbar machen und mein Leben bestimmen. In meinen jüngeren Jahren war dieser Wunsch nach absoluter Heilung viel drängender und belastender als heute und er führte mich in einen Teufelskreis, da ich mich in meinem Bewusstsein nur noch mit einem Leben identifizierte, in dem ich geheilt war, ich tatsächlich jedoch immer kränker und schwächer wurde. Zu Beginn meiner Zwanziger, nachdem ich bereits zu Hause ausgezogen war und studierte, wurde es so schlimm, dass ich wieder bei meinen Eltern einziehen und in

³ Näheres hierzu habe ich im Prolog meines ersten Buches geteilt. Siehe: Nelles, Malte (2023): Gottes Umzug ins Ich. Eine Tiefenpsychologie des modernen Menschen, Europa Verlag, München, S.15-19.

meinem Kinderzimmer leben musste, weil ich meinen Alltag nicht mehr alleine meistern konnte. Ich lebte mit dieser Behinderung, hatte aber nicht einmal einen guten Namen oder eine echte Diagnose dafür, so dass ich mich für das Ganze auch noch schämte.

Heute bin ich in meiner Position als Therapeut, Ausbilder und Aufstellungsleiter zwangsläufig für viele Menschen eine Projektionsfläche für Heilung, der man große Hoffnungen entgegenbringt. Bin ich, der nach wie vor nicht umfänglich – im Sinne einer Symptommfreiheit – »geheilt« ist, der Richtige, um hierüber zu sprechen? Ich habe keine Antwort darauf, aber weiß zumindest, dass mich die Frage von Gesundheit und Krankheit schon länger als mein halbes Leben beschäftigt. Was ich in Bezug auf meine Erkrankung meine gelernt zu haben, ist leider bescheidener als die Errettung aus all dem, von der ich solange geträumt habe. Ich habe einigermaßen gelernt, *damit* zu leben, und vor allem, dass es mir nichts bringt, *dagegen* zu leben.

Auf der körperlichen Ebene ist und bleibt vieles an der Symptomatik offen für mich. Manchmal habe ich heute ein gutes halbes Jahr, in dem ich sogar wieder ein bisschen Sport machen kann, und die Atemschmerzen sind ein kleineres Zipperlein. Manchmal habe ich ein halbes Jahr lang durchgehend Halsschmerzen oder eine immer wieder aufflammende Bronchitis, und es ist herausfordernd, das alltägliche Leben mit Familie und Beruf einigermaßen hinzubekommen. Auf einer anderen Ebene, der seelischen, innerlichen und geistigen, war diese Krankheit jedoch eine Heilung für mich. Sie hat meinem Leben mit all dem, was ich an ihr gehasst habe und manchmal weiterhin hasse, auf kompromisslose Weise Richtung

Rettung und Heilung

Thomas Geßner

Der persönliche Hintergrund

Ich war und bin von Menschen mit Behinderungen umgeben. Mein Sohn Jonathan lebt vor allem im Rollstuhl. Er ist von Geburt an querschnittsgelähmt als Folge einer komplexen Mehrfachmissbildung. Seine Einschränkungen und ihre Folgen bringen ihn immer wieder in Lebensgefahr. Im Krankenhaus, nach einer seiner vielen Operationen, wunderte er sich einmal über ein anderes Kind aus seiner Verwandtschaft: »Mein Gott, der Junge ist ja ständig krank.« »Der Junge« hatte sich erkältet.

Mein Vater lebte nach einer Hirnblutung über drei Jahrzehnte hinweg als halbseitig gelähmter Mensch weiter. Seine Art zu gehen erinnerte mich oft an eine Mischung aus fernöstlichen Kampfstilen, da die gelähmte Körperseite ständig unkontrollierte Bewegungen ausführte. Mit dreiundachtzig stürzte er einmal und brach sich die gelähmte Hand. Als die Schiene nach vielen Wochen schließlich abgenommen wurde, zeigte er uns stolz seine Hand und sagte: »Schaut her, alles ist wieder in Ordnung. Keinerlei Einschränkungen«. Wie kommt es, dass diese Männer ihre unheilbaren Einschränkungen (Lähmung, Rollstuhl etc.) nicht mehr wahrnahmen? Was bedeutet dies für ihr Verständnis von Heilung?

Heilung im weitesten Sinne, einschließlich des Heilwerdens, der Genesung und allem, was damit zusammenhängt – etwa Gesundheit, Wohlbefinden, Integration – hat immer einen Gegenspieler: den Tod. Ohne den Tod müsste niemand geheilt werden. Heilung im umgangssprachlichen Sinne bedeutet für viele Menschen, den unmittelbaren Tod zu

verhindern und danach wieder zu funktionieren. Aber ist das wirklich Heilung? Ist die Verhinderung des unmittelbaren Todes nicht eher »Rettung«? Werden Rettung und Heilung nicht oft verwechselt, häufig ganz unbewusst? Rettung und Heilung beziehen sich aufeinander, sind jedoch grundverschieden.

Meine erste These lautet: *Um »Heilung« im vollen körperlichen und seelischen Sinne wirklich verstehen, würdigen und unterstützen zu können, muss man sie konsequent von »Rettung« unterscheiden. Dazu ein Blick auf das Phänomen der Rettung.*

Rettung

Eine Hirnmassenblutung kann einen Menschen innerhalb weniger Stunden töten. Meiner Mutter war dies widerfahren. Sie starb im Alter von fünfzig Jahren. Mein Vater hatte knapp zwei Jahre später dann an einer anderen Stelle im Kopf geblutet und vorerst überlebt. Er traf auf medizinisches Personal, das die richtige Diagnose fand und ihn sofort operierte. Wenn eine Arterie kaputt geht, muss man die Blutung stillen, um das Sterben zu verhindern. Die moderne Medizin tut genau das: Sie verhindert Sterben. Dies ist ihre Aufgabe, nichts anderes.

Ich selbst lag als Sechzehnjähriger mit zerschmettertem Gesicht auf der Straße, mein verbeultes Fahrrad neben mir. Ein sowjetischer Militärjeep hatte mir die Vorfahrt genommen. Eine Medizinstudentin kam dazu und tat das Richtige, so dass ich nicht verblutete. Ich wurde gerettet, von der Studentin, den Sanitätern, den Chirurgen, den Krankenschwestern und

Physiotherapeuten, so dass meine Knochen, Muskeln und Sehnen wieder zusammenwachsen und die körperlichen Verletzungen heilen konnten. Es dauerte damals viele Monate, bis mein Körper weitgehend schmerzfrei wurde und mein Gesicht wieder einigermaßen nach mir selber aussah. Manche Nachwirkungen beschäftigen mich noch heute. Es dauerte dann weitere vierzig Jahre, bis ich im seelischen Sinne des Wortes Heilung fand.

Meine zweite These lautet: Heilung im seelischen Sinne geschieht, wenn die äußere Wahrheit meines Lebens mit meiner inneren Wahrheit zusammenkommen darf, ohne dass ich mich dagegen wehren muss.

Mein letzter Geburtstag bescheinigte mir die Wahrheit, dass ich nun sechzig Jahre alt bin. Das finde ich toll, denn ich bin nicht eher gestorben, wie etwa meine Mutter. Andererseits kann ich nicht mehr alles, etwa wie vor vierzig Jahren meine damalige Freundin auf den Schultern eine Stunde lang durch die Stadt tragen. Als ich zwanzig war, wog ich viel weniger als heute und hatte viel mehr Kraft. Das Tragen der Freundin war möglich und gleichzeitig ein öffentlicher Liebesbeweis. Natürlich liefert das Leben auch ernstere Gelegenheiten für den Eindruck »Ich kann nicht mehr alles«, wenn man etwa, wie mein Vater, plötzlich gelähmt ist, oder, wie ich als Sechzehnjähriger nach meinem Unfall, Doppelbilder sieht, unter Schwindel und rasenden Kopfschmerzen leidet, jahrelang nicht richtig zubeißen kann und sein Gesicht als entstellt empfindet. Die sechzigjährige Wahrheit meines Lebens sagt nun einfach: »Ich bin noch da und kann nicht mehr alles.«

Krebs – Todfeind und Heiler

Wilfried Nelles

Diagnose Krebs

Dieser Tag ist etwas Besonderes für mich, ich freue mich sehr, dass ich heute hier sein und diese Woche zusammen mit Malte, Thomas und Petra²³ mit euch arbeiten kann. Es ist mein erster Kurstag nach einer Prostata-Operation vor zwei Monaten. Ich sitze hier und bin noch stark von den Maßnahmen der Medizin und deren Nachwirkungen gezeichnet. Das, was ich hier vortragen werde, ist wesentlich durch die Erfahrungen geprägt, die ich in dieser Zeit und auch dem Jahr davor gemacht habe. Für diejenigen, die es nicht wissen, berichte ich kurz den Hintergrund.

Vor anderthalb Jahren erhielt ich die Diagnose Prostatakrebs. Die ärztliche Empfehlung lautete, schnell zu operieren, also die Prostata ganz entfernen zu lassen, denn alle Untersuchungen deuteten auf einen sehr »aggressiven« Krebs hin, der schnell wächst. Ich war einverstanden und habe schnell einen OP-Termin bekommen. Dann wurde mir, ohne dass ich danach gesucht habe, über eine Absolventin unserer Ausbildung, deren Mann Urologe ist, die Möglichkeit aufgezeigt, den Krebs mit Bestrahlung zu behandeln. Nach einer ausführlichen Beratung habe ich mich für die Bestrahlung entschieden und meine Operation drei Tage vorher abgesagt. Wenn ich heute dahin spüre, merke ich, dass ich mich gar nicht wirklich *für* die Bestrahlung entschieden habe, sondern *gegen* die Operation – ich fühlte mich sehr erleichtert, dass ich meine Prostata nicht wegmachen lassen musste.

²³ Petra Cegla hat in unseren letzten Sommerakademien ein begleitendes Programm zu Tanz, Körper- und Selbstwahrnehmung angeboten.

Zugleich ergab es sich, dass unsere Organisatorin in China davon erfuhr. Sie bot mir an, mich mit einem Qigong-Meister in Verbindung zu bringen, der bei sich selbst Knochenkrebs geheilt habe, nachdem die Medizin ihn aufgegeben hatte. Ich bin auf dieses Angebot eingegangen und Meister Li, so wird er genannt, hat über das Internet mit mir gearbeitet. Im Grunde war es eine Form der geistigen Heilung mit tiefer Meditation, und es hat mir sehr gutgetan. Ich zehre auch heute noch davon. Parallel dazu bin ich täglich zur Bestrahlung gefahren. Dabei wurde mir bewusst, dass die Mittel der modernen Medizin allesamt kriegerische Instrumente sind. Es handelt sich um Waffen – Messer oder tödliche Strahlung –, die stets darauf abzielen, die Krankheit, die als Feind betrachtet wird, zu vernichten. Ich habe das auch mit dem behandelnden Arzt besprochen und er hat mir ganz zugestimmt.

Die QiGong-Heilung fokussierte hingegen ganz auf die Stärkung der Lebenskräfte. Ich wurde zunehmend unsicherer, ob ich beides zugleich machen sollte oder mich für eine Richtung entscheiden müsste. Mein Grundgefühl war, dass der Krebs – zumindest auch – ein Bote ist, der mir etwas zu sagen hat, und mir schien, dass es vielleicht besser sein würde, mit ihm zu kooperieren als ihn zu bekämpfen. Als ich dann merkte, dass die Bestrahlung einige sehr unangenehme Nebenwirkungen hatte, habe ich sie schließlich nach 15 Sitzungen abgebrochen, 43 waren vorgesehen. Nachdem ich dies dem Arzt mitgeteilt hatte, fühlte ich mich sehr befreit und habe mich ganz auf das QiGong eingelassen.

Vor allem ein Satz, den Meister Li immer wiederholte, hat sich in mir eingebrannt: »Don't get emotional«, ich übersetze es mit