



Die Fachaufsätze geben Einblick in Inhalte von Vorträgen und Seminaren - und sie informieren über wichtige Lebensthemen sowie über Beratungs- und Therapiemethoden.

[**Beratung**](#) [**Psychotherapie**](#) [**Logotherapie**](#) [**Rückführungstherapie**](#) [**Heilbehandlung**](#) [**Enneagramm**](#)
[**Trauerbegleitung**](#) [**Tod und Angst**](#) [**Ängste**](#) [**Schuldgefühle**](#) [**Depressionen**](#) [**Schicksal**](#) [**Partnerschaft**](#)
[**Sexualität**](#) [**Zeitenwandel**](#) [**Psychosomatik**](#) [**Herz**](#) [**Atemwege**](#) [**Immunsystem**](#) [**Nervensystem**](#) [**Nieren und Blase**](#) [**Magen**](#) [**Leber und Galle**](#) [**Haut Teil 1**](#) [**Haut Teil 2**](#) [**Krebsgeschehen**](#) [**Psychologische Astrologie**](#)

Unverdaute Konflikte schlagen sich auf den Magen

(zum besseren allgemeinen Verständnis siehe auch den Aufsatz „Psychosomatik“)

Es gibt unzählige Varianten von Problemen und Konflikten, die unbearbeitet und ungelöst bleiben und deshalb den Weg in das körperliche Geschehen suchen, um dort durch Beschwerden und Krankheiten auf sich aufmerksam zu machen. Jeder Konflikt hat dabei seine eigenen Grundzüge, geprägt durch unterschiedliche Charaktereigenschaften mit ihren Wünschen, Erwartungen und Forderungen. Und je nachdem wie sich die Konflikte zeigen, beeinflussen sie ganz bestimmte Körperorgane: das Herz, die Nerven, die Leber, den Magen oder andere Organe oder Organsysteme.

Die Körpersprache als sichtbaren Ausdruck unserer seelisch-geistigen Welt verstehen zu lernen, ist ganz wichtig auf dem Weg uns selbst zu erkennen. Wir brauchen den Körper als Spiegel unserer Seele, weil wir für die feinstofflichen Vorgänge in und um uns herum ohne seine Vermittlung noch nicht das nötige Verständnis aufbringen können. Er dient uns als Lehrmeister, der uns vor allem durch körperliche Krankheiten Verhaltensfehler zur Kenntnis bringt, mit denen unsere Seele nicht fertig wird.

Diesmal wollen wir im Lehrbuch unseres Körpers die Seite des Magens aufschlagen und zu lesen versuchen, was uns der Magen, und hier insbesondere der kranke Magen, alles sagen möchte.

Der Magen hat die Aufgabe, unsere Nahrung für den Verdauungsweg vorzubereiten. Dazu muss er zunächst die Speisen aufnehmen, die wir ihm vorsetzen. Das verlangt ein Offensein, ein Bereitsein. Mit diesen Eigenschaften repräsentiert der Magen die Fähigkeiten der Hingabe und des Zulassens. Auf der seelisch-geistigen Ebene entspricht das der Bereitschaft, geistige Nahrung aufzunehmen, Gefühle und Gedanken zuzulassen, ob aus unserem eigenen Innenleben heraus, oder aus der Begegnung mit unserer Umwelt. Gerade dieses seelische Offensein ist für uns genauso wenig selbstverständlich wie der richtige Umgang mit den oft so schwerverdaulichen geistigen Speisen, die uns das Leben zum Verdauen vorsetzt.

Aus eigener Erfahrung wissen wir, dass insbesondere der Magen ähnlich empfänglich ist für die Welt der Gefühle wie das Herz.

Während aber das Herz als aktiver Motor die Gefühle in Bewegung bringt und hält, hat der Magen die Funktion, sie aufzunehmen und für die weitere Bearbeitung, für die "Verdauung", vorzubereiten. Wie wir sehen, kommen der körperlichen und seelischen Ebene des Magens im Prinzip gleiche Aufgabenbereiche zu. Und wie ein Spiegel kann uns der Magen seine seelische Entsprechung zeigen und erklären.

Die organischen Verdauungsvorgänge des Magens beschränken sich auf die Anreicherung des Speisebreis mit Magensaft - und hier vor allem mit aggressiver, zersetzender Magensäure und eiweißverdauenden Enzymen - sowie auf die Durchmischung durch die rhythmischen Bewegungen der Magenwand und die Weiterbeförderung durch den Magenpfortner in den nächsten Teil des Verdauungsganges, den Zwölffingerdarm.

Das gesunde Funktionieren des Magens hängt von einer Reihe verschiedener Faktoren ab: von der richtigen Wahl der Nahrung, von der Art und Weise des Essens, vom Umgang mit Alkohol, Zigaretten oder Medikamenten, und vor allem - und damit sind wir bei unserem Hauptthema - vom Umgang mit verschiedenen Charakterzügen und seelischen Vorgängen.

Egoismus verkrampt den Magen

Nicht nur die "Liebe geht durch den Magen", sondern vieles "schlägt sich auch auf den Magen". Magenkranke haben oft ganz typische Verhaltensweisen, die sich auf den Magen schlagen. Dr. Strathmeyer bringt es in seinen „10 Geboten zur Gesundheit“ (siehe den Aufsatz „Psychosomatik“) auf den Punkt: "Egoismus verkrampt den Magen".

Besonders Magenkranke neigen dazu, sich immer unverstanden zu fühlen und verbeißen sich in den Glauben, falsch und ungerecht behandelt zu werden. Sie sind enttäuscht, weil ihnen das Leben so vieles zum Schlucken vorsetzt, das sie nur ganz schwer verdauen können. Auch von den Genüssen des Lebens nehmen sie nur wenig, obwohl sie Hunger danach haben - aber der Preis dafür erscheint ihnen viel zu hoch. Sie haben Angst vor Überforderung und fürchten sich davor, "gefressen" zu werden. Stets erwarten sie von ihrer Umwelt mehr als sie selbst geben möchten.

Schließlich verdrängen sie ihr Bedürfnis nach Liebe und Geborgenheit, ziehen sich in sich selbst zurück und finden sich mit ihrem Hungerzustand ab - jedoch nicht ohne Ärger, Groll und Aggressionen.

Jeder von uns kennt den inneren Druck des Ärgers, auch wenn die Beweggründe dafür ganz unterschiedlicher Art sind. Und jeder weiß auch wie erleichternd ein "Dampfablassen" sein kann. Der Magenkranke jedoch hat das Problem, sich diese Erleichterung nicht schaffen zu können. Er scheut die Auseinandersetzung, die seine geäußerten Aggressionen bewirken würden. Die Konfrontation mit seiner Umwelt brächte zu viele eigene Schwächen ans Tageslicht, zu deren Bewältigung er sich nicht imstande fühlt. So frisst er lieber den Ärger in sich hinein und ist ein "schweigender Beschwerdeführer".

Auch der Magen reagiert sauer

Jetzt ist es Zeit für unseren Körper als Lehrmeister in Aktion zu treten. Zunächst mahnend durch kleinere Beschwerden, später schließlich mit deutlicher Rebellion durch Krämpfe und Schmerzen. In unserem Fall rebelliert der Magen. Die andauernden Gefühle aus Groll und Aggression heraus durchlöchern nicht nur jede innere Ordnung und Harmonie, sondern sie setzen ihren zerstörerischen Weg über Nerven- und Drüsenaktivitäten in das körperliche Geschehen fort. Jetzt beginnt auch der Magen "sauer" und "aggressiv" zu reagieren, indem verstärkte

Magensäureproduktion einsetzt. Statt geschluckter Nahrung versucht er, die vielen zurückgehaltenen, nun im Magen liegenden Gefühle zu verdauen. Da diese von den Verdauungssäften aber nicht erfassbar sind, gehen seine zersetzenden Aktivitäten ins Leere und richten sich gegen die eigene Magenwand. Die Folge daraus ist das Magen- oder Zwölffingerdarmgeschwür, eine Durchlöcherung der Magen- und Darmwand. Was wir selbst nicht geschafft haben, nämlich über unsere Fehler nachzudenken und Wege der Korrektur zu suchen, das soll nun der kranke Magen erreichen.

Was will uns der kranke Magen sagen?

Der Magen will uns oft viel mehr sagen oder auch etwas anderes als hier zur Sprache kommt, weil die Ursachen seiner Erkrankung auch andersartig sein können. Hier sollen nur die wesentlichen Schlüsselerfahrungen wiedergegeben werden, die im Zusammenhang mit dem Magen gemacht wurden. Sie sollen Hinweise und Anregungen sein auf der Suche nach den ganz persönlichen Krankheitsursachen und Heilungswegen. Welche Verhältnisse im Einzelnen aber auch immer vorliegen, stets wird uns der kranke Magen signalisieren wollen, dass Probleme, Konflikte und Aggressionen nicht ausreichend verdaut werden und nach Lösungen gesucht werden muss.

Der typische Magenkranke, so wie er hier dargestellt wird, erscheint oft ehrgeizig, leistungsorientiert und erfolgreich und erweckt damit unbewusst den Anschein übermäßiger Unabhängigkeit. Meist verbergen sich dahinter aber mangelndes Selbstvertrauen sowie der Wunsch nach geborgener Abhängigkeit und die Sehnsucht, geliebt und umsorgt zu werden. Das Geschwür veranlasst den Magenkranken, alles Harte und Schwerverdauliche zu meiden. Hier liegt auch auf der seelischen Ebene seine Aufgabe: solange das abzuwehren, was er bisher als "armer Schlucker" widerstandslos in sich hineingefressen hat, bis er innerlich stärker, reifer und eigenständiger, aber vor allem verständnisvoller und liebender geworden ist - dann wird er auch "härtere Brocken" verdauen können.

Verwendete Literatur:

Dethlefsen T. und Dahlke R.: Krankheit als Weg (Bertelsmann-Verlag München 1988)

Tepperwein K.: Die Botschaft Deines Körpers (mvg-Verlag München 1991)

Scharl H.: Die Organsprache (Müller & Steimbke München 1990)

Dieser Artikel wurde bereits 7247 mal angesehen.