

Bocholter Report

Die Seele. Der Schmerz. Und ein Buch als "Strickleiter".

2008-02-18 12:02:55



Von Gabi Frentzen

Bocholt. „Manche Lebensereignisse hinterlassen tiefe Wunden in unserer Seele. Wir sehen sie nicht, aber wir spüren sie“, sagt Dr. med. Michael Hammerström. Als Facharzt für Allgemeinmedizin ist er täglich mit Freud', aber auch mit Leid konfrontiert. Vor allem das seelische Leid ist es, das ihn in all seinen Berufsjahren immer wieder beschäftigte. So stark, dass er jetzt ein Buch mit dem Titel „Wunden der Seele“ veröffentlicht hat. Ein Buch, wie er sagt, zum persönlichen Wachsen und Reifen...

„Es war eigentlich nie meine Absicht, ein Buch zu schreiben“, bekennt Hammerström, „aber dieses Buch wollte einfach auf die Welt. Es war ähnlich wie bei einer Geburt.“ In einer Sprechstunde im Frühjahr 2004 sei ihm die Idee gekommen, berichtet der seit 1992 in eigener Praxis tätige Arzt. Ihm sei aufgefallen, dass immer wieder unverarbeitete seelische Verletzungen die Ursache von äußerlich vollkommen unterschiedlichen Erkrankungen waren. „Von da an war es mein Wunsch, ein leicht zu lesendes Buch über die Wunden der Seele, so auch der gleichnamige Buchtitel, zu schreiben.“ Es ist ein Buch, gewidmet all den Menschen, die einmal oder sogar mehrfach eine seelische Verletzung erfahren haben, die in ihrem persönlich erlittenen Trauma gefangen sind. Es soll ihnen helfen, ein Leben in neuen Sichtweisen und Lebensinhalten zu führen. Auf über 200 Seiten gelingt es dem Mediziner, in verständlichen Worten zu erklären, wie die menschliche Seele aufgebaut ist, wie sie funktioniert, wo der Unterschied liegt zwischen einer seelischen Verletzung und einem Trauma, welche Auswirkungen ein Trauma auf Körper und Seele hat. Der Leser erfährt aber auch Interessantes darüber, wie die Umwelt auf Traumatisierte reagiert. Es spricht von Liebeskummer wie auch vom Leid, das man erfährt, wenn man einen geliebten Menschen an den Tod verliert. „Wunden der Seele“ erklärt, warum es so wichtig ist, damit aufzuhören, die eigenen Erinnerungen anzubeten, es zeigt auf, welche Bedeutung das Verzeihen hat, welche enormen Stellenwert Loslassen, Ausblick und Versöhnung haben können. Ja. Der Mensch darf auch mal ein guter Verlierer sein. Und er hat das Recht, auch falsche Wege zu gehen. Und das Ende... das Ende ist immer nur der Anfang... „Wunden der Seele“ ist ein Buch, das die verletzte Seele an die Hand nimmt. Es soll durch den Schmerz begleiten, Wissenswertes vermitteln, Halt geben. Es ist aber auch eine informative Lektüre für diejenigen unter uns, die „nur“ indirekt betroffen sind. Der Angehörige, Freund, gute Bekannte... „Wer die Seele eines Menschen nicht verstanden hat, der hat nichts von diesem Menschen begriffen“, so der Bocholter Facharzt. Doch bleibt im täglichen Praxisbetrieb wirklich die Zeit, sich auch mit dem Seelenleid seiner Patienten zu befassen? „Natürlich gibt es die Schnupfenmedizin, wo die Seele eines Menschen eher eine sekundäre Rolle spielt“, so der 55-Jährige. „Dann reichen Antibiotikum und Nasenspray aus. Aber es gibt viele Erkrankungen, die letztlich nur durch eine festgesetzte innere seelische Traumatisierung

Bocholter Report

oder Verletzung zustande kommt. Und hier ist Zeit gefordert.“ Natürlich könne man nicht jedem Patienten am Tag entsprechend Zeit entgegen bringen. „Aber“, so die Frage des Facharztes, „was nutzt einem trauernden Menschen, der einen Angehörigen verloren hat, der Arztbesuch, wenn er nach zwei Minuten mit „Das Leben geht ja weiter“ nach Hause geschickt wird? In diesen Fällen müsse einfach mal 20 oder 30 Minuten Zeit sein.“ Im Anhang verrät Dr. Hammerström so manches über sich als Autor und das Buch. Und er schreibt, dass auch er über Trauma-Erfahrungen verfügt. Auf die Frage, ob er sagen möchte, was ihm wiederfahren ist, antwortet er mit einem Ja, auch wenn die Frage sehr intim sei. Er habe vor Jahren den Verlust einer großen Liebe erfahren... Wenn er erzählt, gerät er immer wieder ins Stocken. „Das Buch ist nicht vom grünen Tisch geschrieben“, sagt er schließlich mit einem Augen-zwinkern. „Sondern von der Tiefe der emotionalen Erfahrung.“ Eine Art des persönlichen Verarbeitens sei es aber nicht. „Das Ereignis liegt schon mehr als 25 Jahre zurück, mein Buch ist keinesfalls Selbst-Therapie.“ Doch es sei ein Erlebnis, das ihn auch nach all diesen Jahren noch immer beschäftige. „Ich habe alle Stufen des Schmerzes durchlaufen“, sagt er, „und diese Stufen beschreibe ich auch in meiner Publikation. Für mich als Mensch und Arzt ist es einfach ein großes Anliegen, anderen Menschen, die gerade ganz unten sind, eine Strickleiter zu reichen, die sie hoffentlich aus dem Sumpf herausholen kann.“ Aber wie geht man selbst dagegen an, wenn man sich immer und immer wieder mit dem Seelenschmerz seiner Patienten befasst? „Auch wenn man den Kittel morgens anzieht“, schmunzelt Hammerström, „macht einen dieses nicht immun. Weil das Schicksal und Leid der Patienten nicht einfach so an uns Ärzten vorbeigeht, sind wir am Ende eines langen Tages manchmal nicht nur körperlich, sondern auch seelisch erschöpft und man darf uns Medizinern wirklich nicht böse sein, wenn wir nach 60 Patienten mal sagen: Ich kann nicht mehr, ich brauche jetzt wirklich eine Auszeit!“ Eine Auszeit, das bedeutet für Dr. Hammerström, sich mit dem zu beschäftigen, was für ihn die schönen Seiten des Lebens ausmachen. Es ist das Schrauben an alten Fahrzeugen oder auch das Musizieren, das Betrachten schöner Bilder oder Skulpturen, das er als seine ganz persönlichen Strei-cheleinheiten bezeichnet. „Auch wir Ärzte müssen auf unsere eigene innere Balance aufpassen. Denn unser Beruf ist der tägliche Kampf mit der eigenen Psyche und jede Sprechstunde ist eine Art Wundertüte. Macht man sie auf, weiß man nicht, ob sie diesmal mehr positive oder negative Nachrichten birgt.“ Negatives habe er in seinen 24 Berufsjahren schon so manches Mal in der Tüte gehabt, zumal er lange Zeit auch als Notarzt unterwegs war. „Ich wurde seinerzeit an einen Unfallort gerufen“, erinnert er sich. „Ein LKW hatte kurz vor Weihnachten ein junges Mädchen erfasst und es unbemerkt praktisch zu Tode geschleift. Ich musste den Tod feststellen. Das sind Momente, die vergisst man einfach nicht.“ Gott sei Dank hat uns der Herr eine Medizin mitgegeben, die immer hilft. Die Zeit. Denn die heilt doch bekanntlich alle Wunden...? „Eine Redensart, die keinerlei Berechtigung hat“, so Hammerström. „Darum habe ich hierzu in meinem Buch auch ausführlich Stellung genommen.“ Wer ein Trauma erlebt habe, der behalte die Erinnerungen bis ans Lebensende. Auf die Frage, was er - neben seinem Buch - Betroffenen mit auf den Weg geben könne, sagt Dr. Hammerström: „Sich nicht damit zu begnügen, zu sagen, man habe das nun mal erlitten und irgendwie werde es schon weitergehen.“ Die Nachfrage nach dem Buch ist groß. „Immer wieder höre ich von Betroffenen, ich hätte ihnen darin aus der Seele gesprochen“, freut sich Dr. Hammerström. Wenn er Menschen neue Impulse gebe, neue Anstöße des Denkens und da Hilfe böte, wo sonst keine Hilfe sei, dann habe sich die monatelange Arbeit des Schreibens gelohnt. „Es geht mir auch darum, ein Tabu-Thema zu brechen, nämlich Selbstmord“, so der Mediziner. Wichtig sei, die Seele mehr in den Vordergrund zu rücken. Denn wenn die Seele um Hilfe schreie und verkümmere, dann führe dies meist zu körperlichen und psychischen Erkrankungen. Und im schlimmsten Fall auch zum Freitod...

Erschienen ist das Buch „Wunden der Seele“ im Aasee-Verlag.