

Krebs aus der Sicht des Yoga

Warum tritt Krebs auf?

Wenn du gelesen hast, was über Krebs geschrieben worden ist, hast du vielleicht bemerkt, dass sich Meinungen und Konzepte häufig, manchmal sogar drastisch zu ändern scheinen. Aber die grundlegende Physiologie, die Chemie und die eigentliche Grundlage deiner Existenz hat sich nicht verändert. Wie kommt es also, dass sich diese Konzepte ständig ändern? Von Konzepten bis hin zu Bewusstsein ist es ein zu langer Weg. Mit Konzepten kann es kein Bewusstsein geben. Anstatt also alles von außen zu deuten und darüber verwirrt zu werden, was wahr und was falsch ist, könntest du, wenn du anfängst, auf deinen Körper zu hören und ein tieferes Verständnis und eine tiefere Einsicht in dein eigenes System zu gewinnen, effizienter damit umgehen.

Wir betrachten es aus einer Erfahrungsperspektive, denn das, was du bist, ist alles. Alles, was es wert ist zu wissen, kann in einem einzigen Augenblick erkannt werden, wenn du bereit bist, dich nach innen zu wenden. Du wirst vielleicht nicht entdecken, wie man einen Kernreaktor baut, aber du würdest wissen, wie sich die Atome in deinem Körper verhalten. Wenn du dich nach innen wendest, ist alles in Ordnung – du bist ein Kosmos für dich allein.

Es gibt Millionen von Menschen, die derzeit verschiedene Krebsstadien durchlaufen. Diese Dinge treten aus einer Vielzahl von Gründen auf, und wir alle sind ein Teil davon. Das liegt nicht nur an äußeren Situationen, sondern auch daran, wie du dein System instand hältst. Es sind nicht nur äußere chemische Einflüsse, die auf dich einwirken. Dein Körper ist die größte Chemiefabrik. Wenn du nicht richtig mit dieser Fabrik umgehst, produziert sie die falsche Art von Chemikalien und bringt dich auf die ein oder andere Weise völlig durcheinander.

Krebs aus der Sicht des Yoga

Im Yoga betrachten wir Krebs nicht in Form von verschiedenen Typen. Wo und wie er sich bei einem bestimmten Individuum manifestiert, kann von verschiedenen Aspekten der eigenen Physio-

logie, Genetik, Lebensweise, Ernährung und so weiter abhängen, aber wir sehen die eigentliche Ursache immer in einem Ungleichgewicht im so genannten Pranamaya Kosha oder Energiekörper.

Grundsätzlich betrachtet das yogische System die Physiologie als aus fünf verschiedenen Schichten bestehend. Wir werden die ersten drei betrachten; die anderen beiden stehen nicht im Zusammenhang mit der Gesundheit. Die erste Schicht wird Annamaya Kosha oder Nahrungskörper genannt. Die Nahrung, die man isst, ist zu diesem Körper geworden, nicht wahr? Wenn du nichts isst, wird sich dieser Körper auflösen. Daher wird der physische Körper als der Nahrungskörper bezeichnet.

Bis vor kurzem beschäftigte sich die Medizin nur mit dem Nahrungskörper oder Annamaya Kosha. Sie haben sich auf nichts anderes konzentriert. Sie dachten, sie könnten mit allen Infektionen auf der Welt fertig werden, aber dann stellten sie fest, dass sie gegen chronische Leiden wie Bluthochdruck und Diabetes nichts ausrichten konnten. Das liegt daran, dass sie den Nahrungskörper betrachtet haben, der nur eine äußerliche Manifestation ist.

Darin befindet sich der Manomaya Kosha, das heißt der Mentalkörper. Heute erkennt die medizinische Wissenschaft an, dass der Mensch ein Psycho-Soma ist – alles, was in der Psyche geschieht, geschieht auf natürliche Weise im Körper. Wenn du zum Beispiel mentale Spannungen erzeugst, steigt dein Blutdruck. Es gibt also einen Mentalkörper, um den man sich sorgfältig kümmern muss. Dieser Mentalkörper und physische Körper kann nur funktionieren, weil es einen Energiekörper gibt. Die Arbeit des Yoga wirkt sich im Wesentlichen auf der Ebene des Energiekörpers oder des Pranamaya Kosha aus. Aus yogischer Sicht werden Krebs und andere Störungen oder Krankheiten, die das System von innen heraus erzeugt, durch ein Ungleichgewicht im Energiekörper verursacht.

Krebszellen sind im Körper eines jeden Menschen vorhanden, aber einige wenige Krebszellen zu haben, die unorganisiert sind, wird dein Leben

oder deine Gesundheit in keiner Weise beeinträchtigen. Wenn du jedoch bestimmte Bedingungen innerhalb des Energiekörpers schaffst, organisieren sie sich – sie gehen von Kleinkriminalität zu organisierter Kriminalität über!

Krebszellen – die Kriminellen des Körpers

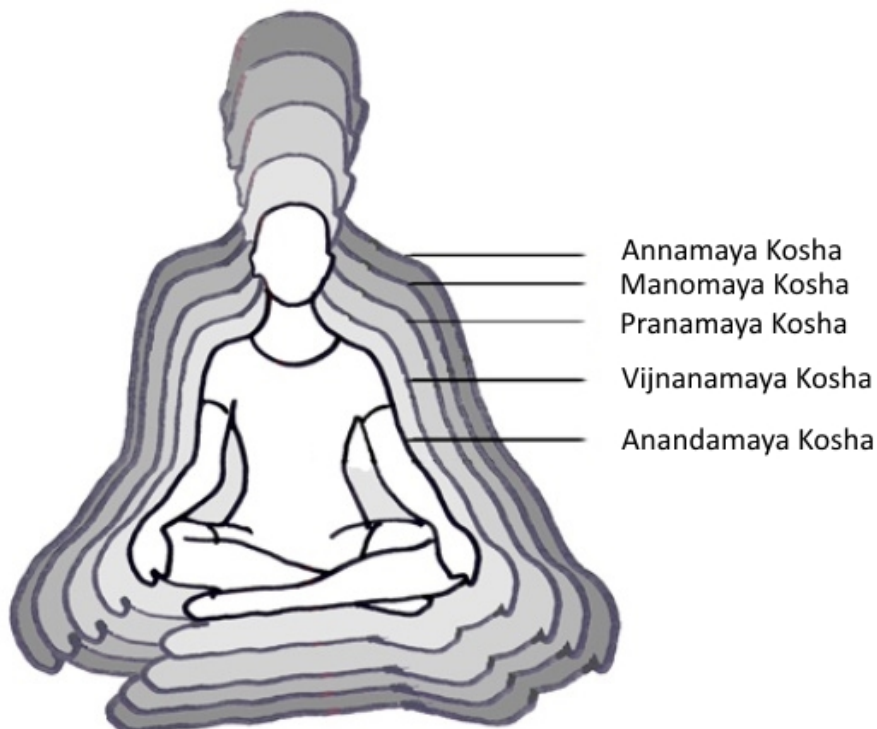
Wenn wir eine Analogie verwenden, um Krebszellen zu beschreiben, könnten wir sagen, sie sind wie die Kriminellen in einer Gesellschaft. Wenn es hier und da Einzelne gibt, die kleine Dinge drehen, wirkt sich das nicht wirklich auf die Gesellschaft als Ganzes aus. In jeder Stadt gibt es Kleinkriminelle, die hin und wieder einen Taschendiebstahl begehen – kein Problem. Aber wenn sich fünfzig von ihnen organisieren, ändert sich plötzlich die ganze Atmosphäre in der Stadt. Wenn diese fünfzig Kriminellen zusammenkommen, wird es für dich gefährlich, auf die Straße zu gehen. Das ist alles, was im Körper passiert. Wenn die Krebszellen einzeln herumlungern, stellen sie kein Problem dar. Wenn sie sich alle an einem Ort versammeln und sich gut verstehen, wird es zu einem Problem.

Zunächst ist ein Krimineller damit zufrieden, jemandem die Tasche zu klauen. Zwei von ihnen träumen davon, in ein Haus einzubrechen. Fünf

von ihnen treffen sich und träumen davon, eine Bank auszurauben. Wenn die Strafverfolgungsbehörden bewusst und aktiv sind, sorgen sie dafür, dass sich die Kriminellen nie in großer Zahl versammeln und zu einem ernsthaften Problem werden. Dasselbe gilt für den Körper. Man muss diese Zellen auflösen, bevor sie sich zusammenschließen.

Aufgrund bestimmter „Lücken“, die im Pranamaya Kosha auftreten, sei es aufgrund der Einstellung, des Lebensstils, der Ernährung oder aus einer Vielzahl anderer Gründe, wird der Energiekörper in Mitleidenschaft gezogen. Wenn der Energiefluss in bestimmten Bereichen des Körpers nicht richtig funktioniert, wählen die Krebszellen im Allgemeinen diese Orte aus, um zu wachsen und sich auszubreiten. Wenn es sich um chronische Krankheiten handelt, liegt die Ursache immer im Energiekörper. Wenn der Energiekörper einmal beeinträchtigt ist, wird es sich naturgemäß sowohl physiologisch als auch psychologisch manifestieren.

Beispielsweise stellen wir generell fest, dass bei Menschen, die regelmäßig rauchen, die Atmung ganz anders ist als bei Nichtrauchern. Aufgrund dieser eingeschränkten Art zu atmen, wird das Energieniveau in diesem Bereich naturgemäß niedrig und das wird so zu einem Ort, zu dem sich Krebs hingezogen fühlt.



Ein weiteres Beispiel ist der Brustkrebs, der heute vor allem in den westlichen Gesellschaften grassiert. Das liegt daran, dass viele Frauen im gebärfähigen Alter nicht schwanger werden. Der Mechanismus der Brust, der hauptsächlich dazu diente, den Nachwuchs zu ernähren, wird entweder nicht oder nur während eines bestimmten Zeitraums genutzt. In der Vergangenheit, wenn eine Frau den normalen Empfängnisprozess durchlief, wurde sie im Alter von etwa 16 oder 18 bis etwa 45 Jahren regelmäßig schwanger, wodurch ihr gesamtes System, die Gebärmutter und die Brust, auf so viele Arten aktiv gehalten wurden. Dies hielt auch die Energie im Fluss.

Heute werden einige Frauen überhaupt nicht schwanger, oder für die meisten Frauen ist das Kinderkriegen vor dem 30. Lebensjahr beendet. Dann werden für weitere 15 bis 20 Jahre ihres Lebens, während sie noch in der Lage sind, Kinder zu gebären, zwar die notwendigen Hormone und Enzyme noch produziert, aber nicht genutzt. Weil diese Körperpartie nicht so genutzt wird, wie es physiologisch hätte sein sollen, wird dieser Teil des Körpers energiearm, was Krebszellen anzieht und ihn für sie zu einem Ort werden lässt, an dem sie sich ansammeln können.

Bedeutet dies, dass wir mehr Kinder erzeugen müssen? Nein, bitte nicht. Dies ist eine bereits überbevölkerte Welt. Dafür gibt es andere Lösungen. Anstatt es entsprechend den sozialen Umständen, in denen du lebst, geschehen zu lassen, könnte man es korrigieren, indem man das System im Gleichgewicht hält und es zu einem kontrollierteren Prozess macht. Es gibt bestimmte Arten von Yogaübungen oder innerer Arbeit, um den Hormonspiegel des Körpers zu kontrollieren und mithilfe dessen man damit zurechtkommen kann.¹

Die Verbindung zwischen Energiekörper und Gesundheit

Wenn sich dein Energiekörper in vollem Fluss und im richtigen Gleichgewicht befindet, kann es weder in deinem physischen noch in deinem mentalen Körper eine Krankheit geben. Menschen

¹ *Anm.:* An anderer Stelle wird auch darauf hingewiesen, dass regelmäßiges Fasten („Intervallfasten“) präventiv Wucherzellen, die naturgemäß einen höheren Energiebedarf haben als gewöhnliche Zellen, eindämmt

kommen zum Beispiel mit Asthma zu uns, und wir geben ihnen eine bestimmte Übung, die sie von diesem Zustand befreien kann. Jemand anderes kommt wegen Diabetes zu uns, und wir geben dieser Person die gleiche Übung, die auch für ihn funktioniert. Das liegt daran, dass wir nicht die Krankheit an sich behandeln. Die Krankheit ist nur eine Manifestation der Störung, die im Energiekörper existiert.

Grundsätzlich ist Yoga keine Behandlungsform. Es ist ein Weg, deine inneren Energien ins Gleichgewicht zu bringen. In diesem Sinne behandeln wir nie wirklich den physischen oder mentalen Körper. Unabhängig davon, um welche Krankheit es sich handelt, zielen wir nur darauf ab, den Energiekörper ins Gleichgewicht zu bringen und zu aktivieren.

Originaltitel: Cancer: A Yogic Perspective



Krebs vorbeugen

Krebs und der moderne Lebensstil

Krebs ist nicht wirklich eine Erkrankung im gängigen Verständnis dessen, was eine Erkrankung ist. In gewisser Weise wenden sich die Zellen in unserem eigenen Körper gegen uns; es könnte von äußeren Situationen stimuliert oder angestoßen werden. Die Zahl der Stimulierungen oder Anstößen von außen hat in diesen so genannten „modernen Gesellschaften“ erheblich zugenommen, und es gibt unzählige Gründe, warum dies geschieht. Eine einfache Sache, die wir tun können, ist, uns in natürlichere Umgebungen zu begeben, in denen wir frische Luft atmen, sauberes Wasser aus der Natur – nicht aus der Flasche – trinken und Lebensmittel essen, die auf dem Land um uns herum angebaut werden.

Die medizinische Wissenschaft hat viele Lösungen gefunden, aber es spielt keine Rolle, wie viele Lösungen sie findet, es wird neue Probleme geben, denn das ist die Natur des Lebens. Wenn man versucht, etwas auf eine Weise zu blockieren, dann wird es immer einen anderen Weg finden und dann wieder einen anderen. Es wird immer komplexere Formen von Krebs geben, sobald wir lernen, ihn mit Medikamenten in seinen

bestehenden Formen zu behandeln. Damit müssen moderne Gesellschaften leben, denn modern zu sein ist gleichbedeutend geworden mit unnatürlich sein.

Die komplexen Einflüsse, die auf unseren Körper einwirken, kann man noch nicht abschätzen, weil um uns herum zu viele Dinge geschehen, einschließlich der Schwingungen, die wir in Form von Telekommunikation, Mikro-Wellen und anderen Übertragungsformen hervorgerufen haben. Bestimmte Studien zeigen, welche Art von Schaden diese Schwingungen im menschlichen System anrichten.

Solange unsere Wissenschaft und Technologie nicht reif dafür ist, nur das zu nutzen, was gut für uns ist, und das abzulehnen, was nicht gut für uns ist, trotz aller Attraktivität und kommerzieller Wertigkeit, wird der Anstieg von Krebs fortschreiten. So weit als möglich kann man zumindest seine Schlaf- und Meditationsbereiche von diesen Schwingungen freihalten. Das ist keine hundertprozentige Lösung, aber wenn wir Yogaübungen und eine Art zu leben einführen, die sich mehr an unserer natürlichen Lebensweise orientiert, können wir den Prozentsatz der Krebserkrankungen definitiv reduzieren.

Die Vorteile des Fastens

Eine der einfachsten Lösungen, die wir zur Eindämmung der Krebszellen im System haben, ist periodisches Fasten. Ein Merkmal dieser Zellen ist, dass sie sehr viel mehr Nahrung benötigen als eine normale Zelle, bis zu 30 Mal mehr. Allein dadurch, dass man sich an bestimmten Tagen die Nahrung verweigert, könnte man das Niveau der Krebszellen senken.

Unterstützung während der Behandlung

Inwieweit die Übungen krebserkrankten Patienten geholfen haben, können wir nicht dokumentieren oder bestätigen. Aber wir haben definitiv gesehen, dass sie sich recht gut erholt haben. Die Ärzte, die diese Krebspatienten behandelt haben, waren ziemlich überrascht über ihr Ansprechen auf die Chemotherapie. Wir haben einige Menschen gesehen, die sich nach der Durchführung von Yogaübungen sehr schnell von der Chemotherapie erholt haben. Ob ihr Krebs durch die Übungen verschwunden ist, kann man nicht sagen. Ich würde sagen, dass eine Ergänzung der medizini-

schen Behandlung durch Yoga dem Patienten definitiv zugutekommen könnte.

Neem und Ingwer

Eine weitere Sache ist der Verzehr von Neem- und Ingwerpaste, die täglich zu kleinen marmorgroßen Kugeln verarbeitet werden. Dadurch bleibt die Anzahl der Krebszellen im Körper innerhalb eines bestimmten Prozentsatzes, in dem sie sich nicht gegen das System ansammeln. Wenn der Trägheitsgrad im Körper zunimmt, lässt er nicht zu, dass eine entsprechende Menge an Energie auf die Zellebene gelangt, und wie wir vorhin gesehen haben, können Bereiche des Körpers, in denen die Energie nicht frei fließt, für Krebswachstum anfällig werden. Neem und Ingwer (*engl.*: turmeric) als Kombination wirken als Dilator² für die Energie.

Wenn dein Augenarzt zum Beispiel in dein Auge schauen möchte, kann er durch einfaches Hinschauen nicht viel sehen. Durch die Anwendung eines Dilators weitet sich die Pupille, und er kann hineinschauen. Neem und Ingwer dehnen den Körper so aus, dass die Energie eindringen und jeden Spalt im Inneren ausfüllen kann. Das mag keine Behandlung für eine Person sein, die bereits erkrankt ist, aber traditionell wird immer darauf vertraut, dass bei regelmäßiger Einnahme von Neem und Ingwer die Krebszellen im Körper leicht eingedämmt werden können.

*Aus: Disease of Modern Society /
Yoga and Breast Cancer Prevention*



<https://isha.sadhguru.org>

© Sadhguru, alle Rechte vorbehalten

² *Anm.*: die Erweiterung einer Öffnung bewirkend