

3. Neurotheologie: Aufmerksamkeitssteuerung als spirituelles Werkzeug

3.1 Placeboforschung: Von der Heilkraft des Glaubens

Herbert Benson, ein Medizinprofessor an der renommierten Harvard Medical School, hat ein Buch über den menschlichen Glauben geschrieben. Er handelte dabei aus ärztlicher Verantwortung, weil seine Forschungsarbeit erwiesen hat: *Jeder Menschen verfügt über die Kraft, sich selbst durch gezielte Aufmerksamkeitslenkung (Benson spricht populär von „Glauben“) zu heilen.*

Den Anstoß zur Erforschung der Aufmerksamkeitslenkung (des „Glaubens“) gab Benson der sogenannte *Placebo-Effekt*. „Placebo“ ist ein Terminus, der selbst bereits eine lange Geschichte hinter sich hat. Das Christentum und sein Kultus haben ihn mit geprägt. Psalm 116,9 lautet in der Vulgata-Fassung: „Placebo domino in regione vivorum“, „Ich werde dem Herrn gefallen im Lande der Lebenden.“ Dieser Vers fand im 12. Jahrhundert Eingang in die Totenmesse. Zeitweilig wurde der Begriff „Placebo“ synonym mit „Totenandacht“ verwendet. Ab dem 14. Jahrhundert bezeichnete „Placebo“ die Gesangseinlage eines eher scheinheiligen Chores, der für Bargeld am Grabe sang. Er sang „Placebos“. Seitdem galt „Placebo“ als etwas Scheinheiliges. Das Wort bezeichnete eine heuchlerische Ersatzleistung durch Schmeichler und Lügner. Erst Ende des 18. Jahrhunderts wurde „Placebo“ zu einem medizinischen Terminus *technicus*.

Erstmals wissenschaftlich beschrieben wurde der Placebo-Effekt 1955 durch den amerikanischen Anästhesisten *Henry Beecher* unter dem Titel „The Powerful Placebo“.¹ Beecher stieß damals weitgehend auf Skepsis. Er hatte im Zweiten Weltkrieg an der Front in einem Lazarett gearbeitet. Eines Tages ging dort der Vorrat an Schmerzmitteln zu Ende. Beecher spritzte in der Not Kochsalzlösung, ohne seinen Patienten etwas davon zu sagen. Die Kranken berichteten weiterhin von gelinderten Schmerzen.

Während der Placebo-Effekt in der Medizin weitgehend abfällig bewertet wurde, war Benson fasziniert davon. Er fragte sich: *Wenn das Medikament nicht geheilt hat, was hat den Menschen dann geheilt? Welche Kraft steht hinter dem therapeutischen Placebo-Effekt?* Benson durchforschte die Medizingeschichte. Wiederholt stieß er auf Therapien, die Menschen sogar schädeten. Doch solange der Arzt daran glaubte und den Patienten überzeugte, wirkten selbst schädliche Behandlungsformen und Eingriffe heilend! Ein Beispiel liefert die Behandlungsgeschichte von *Angina pectoris*. Eine

¹ *Henry K. Beecher*, The Powerful Placebo, in: Journal of the American Medical Association (JAMA), 1955 (159), 1602-1606.

verringerte Blutzufuhr zum Herzen bewirkt starke Schmerzen in Brust und Armen. Zu den naturwissenschaftlich betrachtet wirkungslosen und sogar schädlichen Behandlungsmethoden zählen Kobragift-Injektionen, die Entfernung der Schilddrüse sowie die Entfernung von Teilen der Bauchspeicheldrüse. Dennoch heilten diese Methoden Angina pectoris in 70 bis 90 Prozent aller Fälle.²

Inzwischen ist die Placeboforschung weit verzweigt, und es werden unterschiedliche Faktoren diskutiert, die am Placebo-Effekt mitwirken. Interessant ist zum Beispiel, dass der Placebo-Effekt bei Alzheimer-Kranken nicht auftritt. Fest steht jedoch: Der subjektive Faktor ist auch bei der Wirkung anerkannter Medikamente groß. „Ob und wie Pharmaka wirken, hängt in entscheidendem Maße von der Wahrnehmung und Einstellung des Patienten ab. Fehlt der Glaube, kann die schönste Droge ihre Wirkung verlieren. Umgekehrt gilt: Ist die Hoffnung nur groß genug, kann selbst ein Gift zum Heilmittel werden.“³

Dem Medizinpsychologen und Verhaltensimmunbiologen *Manfred Schedlowski* ist es gelungen, eine Variante des Placebo-Effektes bei Tieren hervorzurufen. Er griff dabei auf die Konditionierung im Sinne des Pawlowschen Effektes zurück. Er setzte Ratten zwei verschiedenen Reizen gleichzeitig aus. Mit der Zeit reichte ein einziger Reiz aus, um die Reaktion auf den anderen Reiz mit zu bewirken. Schedlowski gab Ratten mehrere Tage lang ein Medikament zur Unterdrückung des körpereigenen Abwehrsystems. Er koppelte diesen Reiz an das gleichzeitige Trinken mit einer Zuckerlösung. Schließlich reichte die Zuckerlösung aus, um in den Ratten die Wirkung des Medikamentes auszulösen. Schedlowski meint dazu: „Eine starke Erwartungshaltung verändert die Gehirnchemie, Botenstoffe werden ausgeschüttet, und diese Veränderungen werden über das Nervensystem an den Körper weitergeleitet, wo sie häufig genau die gewünschten Wirkungen in Gang setzen.“⁴

Die Placeboforscherin *Karin Meißner* vom Institut für Medizinische Psychologie der Universität München erklärt den Placeboeffekt bildhaft mit einer „Blaupause der Gesundheit“, die im Hirn für jedes Organ gespeichert sei und abgerufen werden könne. Daher reiche die Konzentration auf Genesung aus, um eine entsprechende körperliche Veränderung in Richtung Gesundheit zu bewirken.⁵

Die Geschichte der *Psychosomatik* bezeugt seit langem: Mit Hilfe innerer Bilder, Überzeugungen und Wünsche vermag der Geist des Menschen den Körper umzugestalten. Hierzu zählt der älteste bekannte psychosomatische

² *Herbert Benson*, Heilung durch Glauben, München 1997, 35.

³ *Ulrich Schnabel*, Die Vermessung des Glaubens, München 2008, 47f, vgl. 45ff.

⁴ Zitiert in: a.a.O., 48.

⁵ Vgl. a.a.O., 58-60.

Zustand: die Scheinschwangerschaft (Pseudocyesis). Allein die Überzeugung, schwanger zu sein, setzte bereits 300 v. Chr. nach Berichten von Hippokrates Prozesse in Gang, die körperlich die Symptome einer realen Schwangerschaft erzeugen.⁶ Dieses Phänomen wird noch gegenwärtig von Ärzten berichtet.

Die Fähigkeit des Menschen, körperliche Prozesse geistig aktiv steuern zu können, kann – unbewusst ablaufend – auch gegen ihn arbeiten. Benson nennt solche negativen Steuerungsprozesse „*Nocebo-Effekt*“. „Der Körper reagiert auf unangenehme Bilder unserer Vorstellung und kann böse Prophezeiungen erfüllen.“⁷ Hierzu rechnet Benson den Tod von Verbrechensopfern, die ungewollt in sich eine Überdosis von Noradrenalin auslösen und an der daraus folgenden Kettenreaktion sterben, ferner die Todesangst vor einer OP und die Funktionsweise des tödlichen Zaubers bei Voodoo-Praktiken. Von Placeboforschern ist inzwischen auch das Phänomen untersucht worden, inwiefern die Lektüre des Beipackzettels zur Tablette ausreicht, um die dort beschriebenen Symptome hervorzurufen. „Denn jede Information beeinflusst unsere mentale Bewertung einer Situation. Man ... nimmt diese diese [sc. bestimmte Veränderungen] gleichsam im Geiste vorweg; dementsprechend ändert sich die Biochemie des Gehirns.“⁸

Benson interessiert sich als Naturwissenschaftler nicht für theologische Erklärungsmodelle. Er ist Pragmatiker im Umgang mit Religion. Das, was daran heilt, sollen Ärzte und Seelsorger unbedingt für andere nutzbar machen. Als Mediziner reicht Benson eine *neurowissenschaftliche Erklärung der Selbsttherapie* durch den eigenen Glauben. Für Theologen ist Benson eben darin spannend. Denn er erforscht genau das Missing Link: Warum können *geistliche* Techniken und Übungen bis in den *Körper* hinein heilend wirken? Benson argumentiert neurowissenschaftlich: *Für unser Gehirn ist es gleichgültig, ob wir einen Gegenstand oder ein Ereignis real vor uns sehen, oder ob wir den Gegenstand als inneres Bild betrachten.* Unser Gehirn unterscheidet nicht zwischen äußerer und innerer Wirklichkeit, wenn die Bilder der inneren Wirklichkeit präzise und intensiv genug ausgearbeitet sind. „Die Szenen, an die wir uns erinnern oder die wir uns vorstellen, sind für das Gehirn real.“⁹ *Das Gehirn reagiert aufgrund des Bildes. Indem es körperliche Prozesse auslöst, werden geistige Bilder physisch real.* „Wenn Sie träumen, dass Sie verfolgt werden, beschleunigt sich Ihr Puls genauso, als würden Sie tatsächlich verfolgt. Für Ihr Gehirn, und damit auch für Ihr Herz, ist die Verfolgung real.“¹⁰

⁶ Benson, a.a.O. (Anm. 2), 51.

⁷ A.a.O., 45f, vgl. 45ff.

⁸ A.a.O., 51.

⁹ A.a.O., 96.

¹⁰ A.a.O., 73.