

Metamedisinsk øyelege:

Stress og traumer kan utløse sykdom

:: Tekst og foto: Elisabeth Hægeland, elisabeth@mediumforlag.no

Nærsynthet, langsynthet, grå og grønn stær, øyeforkalkning - det er bare å ramse opp - alt kan spores tilbake til følelser utløst av hendelser i vår fortid. Det mener den tyske øyelegen Kwesi Anan Odum, som er internasjonal ekspert på metamedisin og øynene.

Øyelege Kwesi Anan Odum (42) er en inspirerende og hjertevarm person som har medisinsk doktorgrad fra Universitetet i Kiel. Spesialområdene hans er psykosomatisk medisin og øyediagnoser. Han har syv års praksis som øyelege i tyske Leverkusen. Hele tiden har han vært interessert i å finne ut hvorfor vi blir syke, og hva som er de grunnleggende årsakene til ulike symptomer, sykdommer og øyeplager.

Etter flere års leting oppdaget han læren om metamedisin. Her går man ut fra at mennesker har svært presise forbindelser mellom sinnet vårt og ulike kroppsdeler. Erfaringsbasert forskning på metamedisin har kommet frem til at alle symptomer og sykdommer kan spores tilbake til tidligere stressende opplevelser i livet som har satt spor i oss. Uløste konflikter eller traumer antas å føre til helt spesifikke symptomer og sykdomstilstander.

Metamedisinsk diagnostisering handler om å finne ut hvilke følelser som kan ha forårsaket sykdommen. Når man finner denne bakenforliggende følelsen, skal man ha et bedre utgangspunkt for å kunne hjelpe seg selv til å bli frisk.

Følelser er logiske

I sin private legepraksis begynte Kwesi å teste de metamedisinske prinsippene. Mens han jobbet med å stille diagnoser, spurte han også pasientene om hva slags følelsesmessige konflikter og opplevelser som kunne ligge bak deres symptomer og sykdommer. Snart fant han ut at de metamedisinske årsaksforklaringene samsvarte med det hans pasienter fortalte.

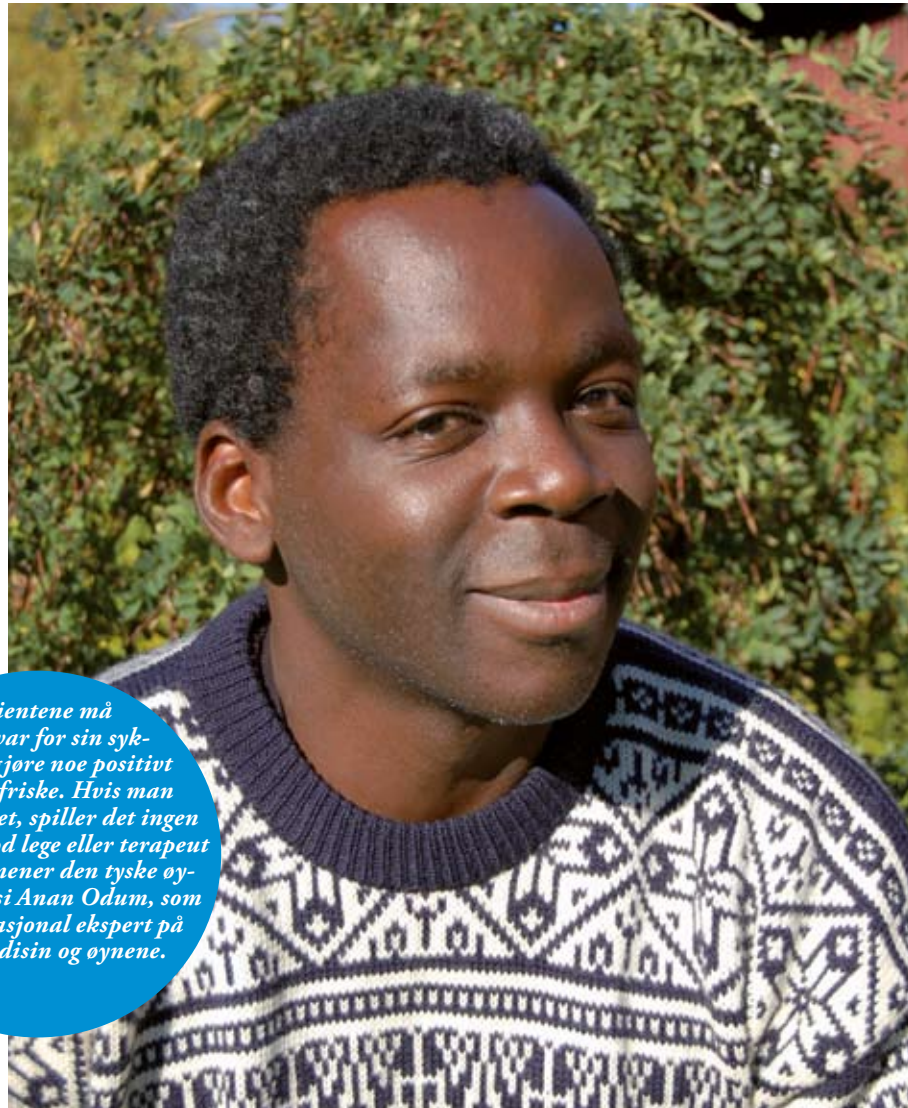
– Hver gang jeg spurte om en konflikt, var det riktig. Det var forbøffende. For første gang forstod jeg hvorfor sykdom oppstår, og hva virkelig terapi er, sier han.

Når han stiller diagnoser, spør han først hvilke symptomer pasienten har, når de fikk dem, og hvor ofte de forekommer. Deretter finner han ut hvilken konflikt eller traume som kan ha skjedd før symptomet kom, og hvilke følelser som oppstod.

– Jeg har forstått at følelser er logiske. Jeg som lege elsker jo alt som er logisk. Det er fantastisk å se at følelsene og sykdommene gir mening. Da begynte jeg også å forstå meg selv bedre, og når jeg gjør det, kan jeg også forstå klientene bedre, sier han.

Dette er motsatt av hvordan vi er opplært til å tenke. Vi har lært at følelsene er irrasjonelle, at vi ikke kan kontrollere dem, og at vi ikke vet hvor de kommer fra. Vi tror følelsene skaper et totalt kaos, og det er ofte forvirrende. I metamedisin lærer vi noe helt annet.

Klientene må ta ansvar for sin sykdom og gjøre noe positivt for å bli friske. Hvis man ikke gjør det, spiller det ingen rolle hvor god lege eller terapeut man har, mener den tyske øyelegen Kwesi Anan Odum, som er internasjonal ekspert på metamedisin og øynene.



– Det å finne følelsen bak symptomet gir mer forståelse og logikk. Det er logikk i de fysiske symptomene. De gir mening fordi det ligger en signifikant emosjonell konflikt bak. Det fysiske symptomet hjelper deg å overkomme stress. Hvis du ikke er i følelsesmessig balanse, vil det gi seg utslag i visse fysiske symptomer, mener den metamedisinske legen.

Målet er å oppnå harmoni i følelseslivet, slik at kroppen får hjelp til å helbrede seg selv. Stress forstyrrer harmonien. Kwesi bruker følelser som verktøy for å komme tilbake i harmoni.

Ta ansvar for egen sykdom

Dr. Kwesi er født i Heidelberg og bor i Leverkusen. Hvert år reiser han til Norge for å holde seminar og ta imot klienter. I

september var han på Sørmarka og i Oslo, hvor han holdt foredrag om metamedisinsk øyediagnostikk og gav private øyekonsultasjoner. Han tar også imot andre som er syke eller har plager og symptomer de vil bli kvitt. Aller viktigst mener han det er å jobbe med tanker og følelser for å bli frisk.

– Klientene må ta ansvar for sin sykdom og gjøre noe positivt for å bli frisk. Hvis man ikke gjør det, spiller det ingen rolle hvor god lege eller terapeut man har, mener Kwesi.

Før konsentrerte han seg mest om å stille diagnoser, og henviste pasientene til andre – både alternative behandlere og medisinske spesialister. Nå jobber han både med metamedisinske diagnoser og mental terapi, men han har sluttet som vanlig ▶

Denne artikkelen er første del av en serie på tre:

1. Metamedisin: Hva er årsakene til synsfeil og øyesykdommer?
2. Bli kvitt dine briller og kontaktlinser!
3. Fargetest: Hvordan kan vi diagnostisere følelser?

De neste to artiklene kommer i Medium nummer to og tre.

lege. Hans teori og praksis er nemlig kontroversiell og ikke godkjent av vestlig helsevesen. Men han forneker ikke tradisjonell medisin, og mener det noen ganger er svært nyttig og nødvendig.

Nærsynte langsynte

De som har ulike synsfeil og øyesykdommer, kan spørre Dr. Kwesi om hvorfor de har det. Mange lurer på hvorfor de er nærsynt eller langsynt, og hva de selv kan gjøre for å få bedre syn. Kwesis fokus er å finne ut hvilken konflikt og dominerende følelse som kan ha forårsaket synsfeilen. Resultatet blir utgangspunktet for videre behandling.

– Nærsynthet og langsynthet handler gjerne om frykt og forventninger om fremtiden. Man er redd for at noe vil skje igjen, sier han. En av hans klienter var en liten gutt som ble nærsynt like etter en periode da han ble mobbet. Det førte til at han trakk seg mer inn i seg selv, og han ble redd for å bli mobbet igjen. Hans forventning om fremtiden ble fryktbasert.

– De som er nærsynte, trekker seg inn i seg selv, fordi de frykter verden utenfor. Det er derfor nærsynthet er minus. Nærsynte bør gå mer ut i verden og møte andre mennesker, tipser Kwesi. Han mener at nærsynte gjerne har en ubevisst idé om at de kan beskytte seg mot fremtiden ved å trekke seg innover. Dette bør de gå bort fra.

Langsyntes forventning om fremtiden er også relatert til fremtidsbetyrninger, men da handler det mer om å forberede seg mentalt på det som kan skje. Dette er også en type beskyttelse, men den er mer offensiv og aggressiv enn den mer defensive følelsen bak nærsynthet.

– Langsynte går ut av seg selv. De må bli mer selvsentrerte og gå mer innover, mener Kwesi.

Samtidig er han klar over at ulike personligheter reagerer forskjellig på konflikter. Ulike følelser oppstår som følge av de bakenforliggende konfliktene.

Øyeforkalkning og tørre øyne

Den hyppigste årsaken til redusert lesesyn hos eldre er forkalkning på netthinnen eller makuladegenerasjon. Kwesi mener dette handler om en viktig situasjon som er så stressende at man ikke vil se den.

En kvinne på 32 år kom til Dr. Kwesi med makuladegenerasjon. Sykdommen hadde dukket opp etter at hun ble arbeidsledig. Dette var et sjokk for henne som hun ikke ville «se».

– Jeg vet at makuladegenerasjon skyldes at det er noe du ikke vil se. På grunn av symptomet kjenner jeg allerede konflikten bak symptomet. Det neste spørsmålet er:

Hva er følelsen? For hvert sjokk skaper en følelse. Følelsen bestemmer hva som skjer med øyet, sier han.

Flere ganger har han opplevd at mennesker med makuladegenerasjon er skamfulle for noe som har skjedd. Kanskje spørde: Hvorfor skjer dette med meg og min familie? Kwesi tror at følelsen av skam henger sammen med stolthetsfølelsen. Så hvis en sykdom grunner i skamfølelse, vil ikke Kwesi jobbe med skammen. I stedet jobber han med å få personens stolthet ned på bakkenivå.

– Det er lettere å bringe noe ned enn å løfte noe opp. Begynn med å akseptere at du bare er et menneske som alle andre. Innse at vonde ting kan skje hvem som helst, også deg. Kommer du ned fra stoltheten, løftes skammen automatisk opp slik at du kommer i balanse igjen, sier han.

Et annet symptom som er veldig vanlig i vestlige land, spesielt blant kontorarbeidere, er tørre øyne. Også dette har Kwesi en metamedisinsk forklaring på.

– Tårer er uttrykk for følelser. Hvis du har tørre øyne betyr det at du har problem med å uttrykke følelsene, mener han.

Svaksynthet og blindhet

På samme måte som ved øyeforkalkning kan andre typer svaksynthet og blindhet handle om noe man ikke vil se. Også dette kan handle om skam og skyldfølelse.

Et eksempel på en slik konflikt er den kjente musikeren Ray Charles, som ble blind som seksåring fordi han så broren drukne. Broren kunne ikke svømme og datt ned i morens vaskebalje. Ray stod like ved siden av, men ble helt paralyisert så han gjorde ingenting for å redde ham. Etter fem minutter så moren hva som hadde skjedd, og spurte hvorfor han ikke gjorde noe. Da fikk Ray en overveldende skyldfølelse.

– Skam og skyldfølelse er de mest negative følelsene vi har. Av alle følelser er det de som påvirker energien vår aller mest negativt, sier Kwesi. Etter hendelsen måtte Ray gå seg selv i sømmene og spørre hvorfor han ble så paralyisert. I flere år hadde han mareritt der han så bilder av broren. Bildene var så smertefulle at han ikke ville se dem mer. Dermed ble han blind. Følelsene av skam og skyld var så sterke at det påvirket ham biologisk.

– Jo mer følelsesladet og alvorlig konflikten er, jo tyngre går konflikten bak i øyet. Er det bare en liten konflikt blir det et mindre alvorlig symptom, mener Kwesi. Følelsen man fikk da konflikten skjedde, avgjør hva som skjer med sinn-til-kropp-responsen.

En av hans klienter hadde retinitis pigmentosa, en arvelig sykdom i øyets

netthine. Han hadde vært veldig skamfull fordi foreldrene kranglet så høyt at naboene kunne høre det, og han måtte kjøpe øl for dem da han var liten.

– Han ville ikke se foreldrene, for de var en skam. Dermed utviklet han retinitis pigmentosa, sier Kwesi. Selv om sykdommen er arvelig, mener han at følelsen av skam er hovedgrunnen til at klienten hans fikk den.

Grå og grønn stær

Grå stær er en vanlig øyelidelse der øyelinsen blir uklart og synet dårlig. Kwesi mener at konflikten bak har å gjøre med at den rammede mister noe av syne. Flere av hans pasienter med grå stær har opplevd tap. Noen har mistet sin ektemake, noen sørget over at barna flyttet hjemmefra, mens andre var triste fordi de ikke fikk se en av foreldrene etter en skilsmisse.

– Det var med grå stær jeg oppdaget at det ligger noe bak symptomet. Jeg så at det var fellestrekk ved disse pasientene, og spurte hvordan de hadde det, sier han.

Ved grønn stær, som er en av de vanligste årsakene til blindhet, blir det visuelle feltet trangere. Øyet klarer ikke å tømme seg for nok væske, så trykket i øyet blir for høyt. Konflikten bak denne tilstanden mener Kwesi handler om å fokusere intenst på én ting.

– De som får grønn stær, er ensidig fokusert på noe, trangsynte eller ønsker å kontrollere noe. De er kanskje redde for at noen vil ta fra dem noe. Mennesker som prøver å kontrollere seg selv, enten fordi de vil fokusere på noe for å nå et mål eller flykte fra noe, kan få grønn stær. For å fjerne lidelsen må man finne ut hva de fokuserer på, forklarer øyelegen.

FAKTA

Les mer om metamedisin her:

- www.metamedisin.no
- www.metamedicine.org
- www.metamedisine.info
- www.dagfrid.org

Ønsker du mer informasjon om Dr. Kwesi, skriv e-post på engelsk til metadoctor@yahoo.co.uk eller på norsk til [Ingunn Landro, iloase98@hotmail.com](mailto:Ingunn.Landro,iloase98@hotmail.com).

Visste du at du kan trene deg opp til å få klarere syn? Les om dette i neste utgave av Medium!

Fikk synet tilbake

Tidligere prest Bjørn Sebastian Hecter ble sterkt synshemmet da han fikk akutt grønn stær. Gjennom å arbeide med seg selv i metamedisinsk ånd har han klart å få synet tilbake.

Ved akutt trangvinklet grønn stær, glaukom, er trykket inne i øyet for høyt slik at det skader fibrene i synsnerven. Dette er en av de vanligste årsakene til blindhet, men kan forhindres hvis det oppdages tidlig. Bjørn Sebastian Hecter sank til bunns i livet da han fikk diagnosen.

– Jeg var i en sjokkfase. Jeg ble lamslått og tom innvendig. Kommer jeg til å miste synet helt? Hva med fremtiden? Hvordan skal jeg planlegge livet nå? sier han.

Mange tanker begynte å surre i hodet, for selv om vi Vesten ikke trenger å bli blinde av glaukom, kan det gå dårlig hvis det blir oppdaget sent. Han hadde flere operasjoner, og begynte å trene med blindestokk for å trene mobiliteten.

– Min livskvalitet var borte. Hverdagsaktiviteten og min samhørighet med andre ble redusert. Min selvfølelse og grunnstemning av glede og lykke var i bunn, minnes han.

Renset seg selv

Til slutt kom han til et veiskille med en

mulighet til å snu situasjonen. Selv om det virket tungt og håpløst, visste han at han måtte finne nøkkelen for å få tilbake det gode livet.

– Nøklene som ga meg livsgleden tilbake, var å ta imot egen kjærlighet, tørre å gå inn i meg selv og finne kraften som skulle hjelpe meg frem til der jeg er i dag, forteller Bjørn. For rundt fire år siden begynte han å tenke positive ting om at hans kropp hadde alt i seg for å kunne gi ham noe av synet tilbake. Han forstod også at kroppen hans trengte litt ekstra hjelp.

– Kroppen hadde fått mye «gift» gjennom medisiner, så jeg måtte rense den først. Jeg begynte med vitaminer, mineraler og vann. Det å starte dagen med en halv liter vann i små slurker er en utrolig bensin for kroppen, sier han. I tillegg lærte han å puste dypt og kjenne på indre bilder som dukket opp. Dette tror han hjalp kroppen til å jobbe med å få ting på plass.

Viktige forandringer

Gradvis begynte ting å skje. Kroppen



Nøklene som ga meg livsgleden tilbake, var å ta imot egen kjærlighet, tørre å gå inn i meg selv og finne kraften som skulle hjelpe meg frem til der jeg er i dag, forteller Bjørn, som ble sterkt synshemmet da han fikk akutt grønn stær.

gikk gjennom mange ulike faser, og i små øyeblikk begynte ting å skje. Gradvis kom synet tilbake, og han kunne finne frem sykkelen igjen. Synet er ikke perfekt. Han har tunnelsyn på ett øye og litt gråsyn på det andre.

– Jeg fungerer bra, selv om det er dager som kan være dårlige og synet svikter, men jeg tror det er viktig at man må tillate seg litt hvile. Hvis man ønsker høyere trivsel i hverdagen, må man bli mer bevisst på seg selv gjennom egne tanker, følelser, ønsker og dagdrømmer.

Det har vært spesielt viktig for ham å fokusere på muligheter i stedet for begrensninger, på samme måte som å lytte innover for å finne livskraft og avgjøre hva som er best for ham.

– Forandringer er en betingelse for trivsel og fremgang. Det er viktig å forstå at ikke alle forandringer behøver å være positive, men uten forandringer vil vi stagnere, avslutter Bjørn. ■