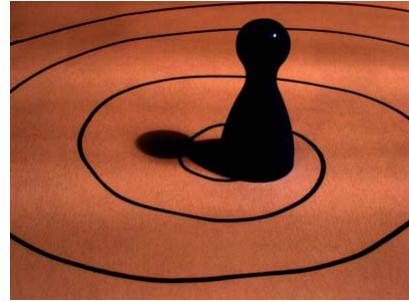


## Cholesterin - Nach innen gekehrt!



1

Stellen Sie sich einmal eine Pflanze vor, wie sie in der Erde wurzelt und aus eben dieser Erde Wasser zieht und an die Atmosphäre abgibt, wie sie Sonnenenergie stofflich bindet und der Erde übergibt, wie sie den umgebenden Insekten und Tieren zur Verfügung steht, wie sie hilflos den Umweltbedingungen ausgeliefert ist. ***Ein Wesen, das bewusstlos mit seiner Umgebung verbunden ist.***

Ganz anders der Mensch: Er kann sich von seinen Wurzeln lösen, extremen Umgebungsbedingungen entfliehen oder sich ihnen gegenüberstellen, er kann sich abgrenzen oder darin aufgehen. ***Der Mensch ist ein Wesen, das mit Bewusstsein seiner Umgebung entbunden ist.***

Dieser Umstand ist mit dem Naturstoff Cholesterin in unserem Körper aufs engste verbunden: Cholesterin ist ein wasserunlösliches Fett (Lipid) und kommt nur in tierischen und menschlichen Zellen vor, wo es darum geht, Räume von einander abzugrenzen, zu entbinden, um damit letztendlich differenzierte Organ-Funktionen zu ermöglichen - also in intrazellulären Räumen und Zellmembranen. Cholesterin ist also ein lebensnotwendiger, strukturbildender Naturstoff in Organismen, das die Stabilität der Zellen erhöht und auch noch an der Ein- und Ausschleusung von Hormonen beteiligt ist.

Besonders gehäuft kommt Cholesterin im Zentralnervensystem (ZNS - umfasst Gehirn und Rückenmark), im peripheren Nervensystem (PNS - umfasst den Teil des Nervensystems, der außerhalb des Gehirns und Rückenmarks liegt), in den Nebennieren und im Eidotter vor. Die Nervenscheiden (Zellmembranen) werden zum Beispiel mit Hilfe des Cholesterins vom umgebenden Milieu ***entbunden***. Das ermöglicht überhaupt erst die Funktion der Nerven. Man kann also sagen, dass Cholesterin durch seine strukturbildende Kraft eine bewusstseinstragende Organisation in unserem Körper erst möglich macht.

Cholesterin hat noch eine andere wichtige Funktion. Als Ausgangsprodukt ist es Vorläufer von anderen lebenswichtigen Stoffen, wie Gallensäure, Vitamin D, Nebennierenhormone und Geschlechtshormone, wie Androgene für den Mann und Östrogene für die Frau. Alles Stoffe, die uns ermöglichen, als Mann oder Frau in diesem Leib zu leben und zu arbeiten.

Eine Cholesterinbestimmung bei einer Laboruntersuchung wird nicht durchgeführt, um eine Erkrankung nachzuweisen, sondern um das Arterioskleroserisiko (Verfettungsrisiko) eines Menschen einzuschätzen. Die durch einen Laborbefund bestimmten Cholesterinwerte haben eine besondere Bedeutung bei der Erkrankung der Herzkranzgefäße, wie Angina Pectoris und Herzinfarkt, aber auch für Gehirnschlag (Schlaganfall, Apoplexie), Nierenschädigungen und Durchblutungsstörungen der Gliedmaßen.

Da Cholesterin ein wasserunlösliches Fett ist, unser Körper aber aus 70% Wasser besteht, braucht Cholesterin *auf seiner Reise durch unseren Körper ein Transportmittel*. So wie zu Beginn unseres Lebens unsere Eltern uns begleiten, so begleiten Lipoproteine Cholesterin auf seiner Reise durch den Körper. Das LDL-Protein (Triglycerid) transportiert das Cholesterin durch unsere Blutbahnen in die peripheren Zellen. Das HDL-Protein nimmt das Cholesterin aus den peripheren Zellen wieder auf und transportiert es zur Leber, dem hauptsächlichen Ausscheidungsorgan des Cholesterins.

Besteht ein erhöhtes Risiko von Arteriosklerose und Herzinfarkt, dann haben wir einen erhöhten Cholesterin-Transport (LDL-Cholesterinwert)) **in die Zellen** und gleichzeitig einen verringerten Abtransport (HDL-Cholesterinwert) aus den Zellen.

2

In der Körpersoziologie bedeutet dieser Umstand, dass der Betroffene sich aufgrund heftiger sozialer Beziehungen festgefahren und sich Mangels Hilfe von Seiten seiner „Reisebegleiter“ nach innen gekehrt und sich als Schutz vor „eindringenden Wesen“ eingemauert hat.

Aus meist unbewussten Erlebnissen im Frühstadium der Kindheit, ist es den Betroffenen in ihrer späteren Reise durch ihr Leben nicht gelungen, ihr Leben mit dem Partner so zu verwirklichen, wie sie es sich immer vorgestellt haben. Sie konnten ihrem Leben nicht den gewünschten Rahmen geben - **jetzt baut Cholesterin den Rahmen im Körper**.

Man zieht sich von dem Anderen, mit dem man im Diskurs über die Lebensführung steht, zurück und hat verstärkt gegensätzliche Meinungen, auch wenn sie objektiv falsch sind. Man ist einfach nicht mehr bereit, sich dem scheinbaren Druck des Anderen zu beugen oder sogar nachzugeben. Im Gegenteil, man muss sich ja gegenüber den „Eindringlingen“ tatkräftig erwehren, weil sie einen ja überhaupt nicht mehr verstehen. **Da hilft nur, sich ordentlich ein zu mauern!** Ein erhöhter Cholesterinwert oder erhöhter Triglycerinwert ist demnach nicht Ausdruck einer biochemischen Störung in unserem Körper, sondern *in erster Linie* Ausdruck einer zwischenmenschlichen Beziehungsstörung, die im Körper zu einer negativen Rückkopplung führt.

Einmal mehr zeigt sich, dass wir nicht ein erblich krankes Wesen sind, das Gefangener seines Schicksals ist, sondern Gestalter seines Lebens ist. Doch dafür brauchen wir einen wirksamen Mit-Arbeiter (Coach), der uns „kitzelt“ und mit uns gemeinsam unsere alten Vorstellungen und Einstellungen *zu den Mauern entbindet*. Denn unser Denken kann Mauern zum einstürzen bringen, Krankheiten besiegen und unsere Ängste und Zwänge lösen.

**Nur, allein „kitzeln“ können wir uns noch nicht!**

Wenn unsere Cholesterinwerte vom Arzt als gut bezeichnet werden, dann liegt es daran, dass wir einen hohen HDL-Wert haben. Was nichts anders bedeutet, dass in unserem Körper das Cholesterin im rechten Maße von den peripheren Zellen mit dem HDL-Protein wieder abtransportiert werden **und** wir selbst ein Mensch sind, der eine hohe Bereitschaft der Wandlung und Veränderung auf seiner Reise durch sein Leben ausweist.

Ein Mensch, der sich mit Menschen, mit denen er zusammenarbeitet und zusammenlebt, austauscht und diskutiert, seine eigenen Positionen immer wieder überprüft, kritische Meinungen und Fragen von vielen Seiten durchdenkt, um neue Brücken zu schlagen und um für sich selbst und für seine Mitmenschen klarer und verständlicher auf seiner Reise durch das Leben zu werden.

