

Lise Bourbeau

Dein Körper sagt: «Liebe dich!»

Die metaphysische Bedeutung von über
500 Gesundheitsproblemen mit ihren emotionalen,
mentalen und spirituellen Ursachen



Titel der Originalausgabe: Ton corps dit: «Aime-toi!»
© 1997 Lise Bourbeau
Erschienen bei: Les Éditions/Écoute ton corps International
Québec, Canada

Übersetzung aus dem Französischen: Christian Schweiger

Die in diesem Buch vorgestellten Informationen sind sorgfältig recherchiert und wurden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Dennoch übernehmen Autor und Verlag keinerlei Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Anwendung oder Verwendung der Angaben in diesem Buch entstehen. Die Informationen in diesem Buch sind für Interessierte und zur Weiterbildung gedacht und sollen keinesfalls ärztlichen Rat und Hilfe ersetzen.

13. Auflage Februar 2011

© 1998 by Windpferd Verlagsgesellschaft mbH, Oberstdorf
Alle Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung: Kuhn Communication Design, Amden (CH),
unter Verwendung einer Illustration von Johannes Labusch
Lektorat: Sabine Stöhr, Mainz für *panta rhei!* – MediaService
Layout/Satz: *panta rhei!* – MediaService Uwe Hiltmann, Niedernhausen/Ts.
Druck: Himmer AG, Augsburg



Printed in Germany
ISBN 978-3-89385-277-2
www.windpferd.de

Inhaltsverzeichnis

Übersicht der Gesundheitsprobleme von A–Z	4
Danksagung	18
Einleitung	19
Zusatzerklärungen zu den angeführten Gesundheitsproblemen	26
Metaphysische Bedeutung von Gesundheitsproblemen von A–Z	31
Schlüsselfragen für den tieferen Einblick in Krankheitsursachen	312
Die sieben Schritte zur wahren Vergebung	313
Über die Autorin	318

„Will jemand gesund sein,
so sollte man ihn zuerst fragen,
ob er bereit ist,
die Ursachen seiner Krankheit zu beseitigen.
Erst dann kann ihm geholfen werden.“

*HIPPOKRATES,
VATER DER MEDIZIN*

Übersicht der Gesundheitsprobleme von A–Z

A bszess	32	Angina	
Abtreibung		→ Mandelentzündung	182
→ Schwangerschafts- unterbrechung	256	Angina Pectoris	
Achillessehne		→ Brustenge	70
→ Fersenschmerzen	93	Angstzustände	42
Addison-Krankheit		Anorexie	
→ Bronzekrankheit	69	→ Magersucht	181
Adenom	32	Apnoe	
Adhärenzen		→ Atemstocken	48
→ Verwachsungen	288	Appendizitis	
Adipositas		→ Blinddarmentzündung	62
→ Fettleibigkeit	95	Armprobleme	42
Adoleszentenkyphose		Arteriektasie	
→ Scheuermann-Krankheit	240	→ Arterienerweiterung	44
Afterbereich (Erkrankungen im)	33	Arterienerkrankungen	44
Agoraphobie → Platzangst	222	Arterienerweiterung	44
Aids	34	Arteriosklerose	
Akne	35	→ Atherosklerose	49
Allergien	37	Arthritis	
Alopezie		→ Rheumatismus	232
→ Haarausfall	120	→ Rheuma	233
→ Haarausfall (teilweiser)	121	Arthrose	46
Alpträume	38	Asthma	47
Altersschwachsinn		Astigmatismus	46
→ Wahnsinn	292	Atem (schlechter)	47
Alzheimersche Krankheit	39	Atembeschwerden	
Amnesie		→ Lungenleiden	174
→ Gedächtnisschwund	107	Atemstocken	48
Amöbenruhr	40	Atemwege (verlegte)	
Anämie	41	→ Erstickungsanfälle	92
Andropause	41	Atemwegsentzündung	
Aneurysma		→ Bronchitis	68
→ Arterienerweiterung	44	Atherosklerose	49
Angeborene Krankheiten	42	Atmung (übersteigerte)	49
		Aufstoßen	50

Augen (trockene)		Blasenentzündung	
→ mangelnder Tränenfluß	276	→ Zystitis	311
Augenprobleme	51	Blattern	
Aussatz		→ Pocken	244
→ Lepra	169	Blauer Fleck	
Auswuchs	53	→ Unfall	278
Autismus	53	→ Blutprobleme	65
B änderriß	56	Blicklähmung	
Bandwurmerkrankung	56	→ Parinaud-Syndrom	218
Bangigkeit		Blinddarmentzündung	62
→ Beklemmung	58	Blutarmut	
Basedowsche Krankheit	56	→ Anämie	41
Bauchfellentzündung	56	Blutdruck (hoher)	
Bauchschmerzen	57	→ Bluthochdruck	63
Bauchspeicheldrüsenentzündung		Bluterbrechen	63
→ Pankreatitis	217	Bluterguß	
Beklemmungen	58	→ Unfall	278
Beleibtheit		→ Blutprobleme	65
→ Fettleibigkeit	95	Bluterkrankheit	63
Bellsches Zeichen		Blutfett	
→ Gesichtslähmung	113	→ Cholesterin	76
Benommenheit	59	Bluthochdruck	63
Berufliche Erschöpfung		Blutkörperchen (Probleme der)	64
→ Burnout	74	Blutkrebs	
Besessenheit		→ Leukämie	170
→ Wahnsinn	292	Blutpfropfbildung	
Betäubung		→ Thrombose	273
→ Erstarrung	91	Blutplättchenmangel	65
Bettnässen	59	Blutprobleme	65
Beule		Blutungen	66
→ Ödem	209	Blutvergiftung	67
Bewußtlosigkeit		Brand	68
→ Ohnmacht	210	Brandwunden	
Bindehautentzündung	60	→ Verbrennungen	284
Blähungen	60	Brightsche Krankheit	68
Bläschenausschlag		Bronchitis	68
→ Herpes	130	Bronzekrankheit	69
Blasenleiden	61	Bruch	184
		Brustdrüsenentzündung	

Einleitung

Nach nunmehr fünfzehnjähriger Forschung und zahlreichen Erfahrungen im Bereich der Metaphysik, fasse ich den Entschluß, ein neues Buch zu diesem Thema zu schreiben.

Ich ziehe den Begriff der *Metaphysik* dem der *Psychosomatik* aus folgendem Grund vor:

Zwar hat die moderne Schulmedizin erkannt, daß mindestens 75 % aller Krankheiten psychosomatischen Ursprungs sind, d. h. auf eine emotionale oder geistige Ursache zurückgehen, doch stört viele der Begriff „psychosomatisch“. Sie fühlen sich angegriffen, wenn es heißt, ihre Krankheit hätte psychosomatische Ursachen, weil sie meinen, sie sei deswegen erfunden, abnormal oder zeuge von geistiger Verwirrung. Daher kommen für diese Menschen auch nur rein physische Ursachen für ihre Krankheit in Betracht.

Deshalb ziehe ich es vor, Gesundheitsprobleme vom metaphysischen Standpunkt aus zu untersuchen, d. h. mehr als nur ihren rein körperlichen Aspekt zu betrachten.

Wir hören nie auf zu lernen. Auch ich verändere mich stetig, und die Dinge werden immer klarer. Je mehr ich anderen beibringe, desto mehr lerne ich selbst dabei. Alles, was ich in den letzten fünfzehn Jahren dazugelernt habe, ist derart faszinierend, daß ich es mit Euch teilen möchte.

Dieses Werk versteht sich als Lexikon, als Nachschlagewerk, das den Lesern ermöglichen soll, die tiefen Ursachen einer Krankheit schnell und ohne Schwierigkeiten zu erkennen.

Versucht sich uns unser Körper durch Unwohlsein oder ein Gesundheitsproblem mitzuteilen, so will er uns dadurch zeigen, daß wir in einer Weise denken, die uns selbst schadet. Ist uns diese negative Denkweise auch nicht unbedingt bewußt, so schadet sie doch unserem ganzen Wesen. Werden wir nun krank, so ist das ein Zeichen dafür, daß wir diese negativen Überzeugungen oder Anschauungen schleunigst loswerden sollten. Der Körper zeigt uns so, daß wir an unsere physische, emotionale und geistige Grenze gelangt sind.

Es wird Dir auffallen, daß ich Dich – wie in all meinen anderen Büchern auch – duze. Das soll Dir helfen, Dich leichter mit dem zu identifizieren, was Du hier zur Bedeutung Deiner Gesundheitsprobleme finden wirst.

Hast Du Dich noch nie mit Metaphysik beschäftigt, so mag Dir meine Methode vereinfachend erscheinen. Vielleicht stellst Du Dir die Frage: „*Woher stammen diese Erkenntnisse? Warum soll ich glauben, was in diesem Buch steht?*“

Natürlich ist Deine Reaktion gerechtfertigt. Deshalb würde ich Dir auch empfehlen, nichts von all dem, was Du hier lesen wirst, auf Anhieb zu glauben. Doch solltest Du Dich andererseits auch nicht von vornherein gegen alles sperren. So hast Du die Möglichkeit einer offenen Lektüre zwischen beiden Extremen: *„Kann ich hier etwas Wahres oder Nützliches finden?“* Bevor die Schulmedizin ihre heutige Absolutherrschaft antrat, kam der Metaphysik eine wesentlich bedeutendere Rolle zu. Die Psychoanalyse belebte sie von Neuem. Freud erkannte den engen Zusammenhang zwischen Körper und Geist wieder. Sein Schüler C. G. Jung schrieb vor mehr als 50 Jahren: *„Ganz so wie das Bewußte und Unbewußte stets zueinander in Beziehung stehen, so findet auch eine stete Wechselwirkung zwischen Körper und Geist statt.“* Seither trugen Forscher wie Wilhelm Reich, John Pierrakos, Fritz Pearls, Louise Hay und viele andere zur Renaissance der Metaphysik bei.

Leider geht die Medizin (oft aber auch die Naturheilkunde) davon aus, daß Krankheiten unserem Glück im Wege stehen und bekämpfen sie deshalb. Versuchen wir jedoch, die Symptome verschwinden zu lassen, ohne dabei auf ihre tieferen (also nicht nur rein körperlichen) Ursachen einzugehen, so ist das, als ob wir ein Warnlicht aus dem Auto entfernten, weil es leuchtet. Suchen wir nicht nach dem eigentlichen Problem, welches das Licht anzeigt, so werden ernstere Probleme nicht auf sich warten lassen.

Zu meiner größten Freude konnte ich feststellen, daß eine Krankheit vielmehr ein Geschenk ist, um unser Wesen wieder ins Gleichgewicht zu bringen. So ist der Körper auch nicht die eigentliche Krankheitsursache. Alleine kann er gar nichts. Sein Leben kommt aus der Seele, dem Geist. Der Körper ist ganz einfach das äußere Abbild unseres Innenlebens. Ein kranker Körper versucht demnach etwas auszugleichen, denn der natürliche Zustand ist die Gesundheit. Dasselbe gilt natürlich auch für den emotionalen und mentalen Körper.

Du hast hier also nichts zu verlieren, sondern kannst höchstens eine Ursache und/oder Lösung für Deine Gesundheitsprobleme finden. Ich will Dir nicht vorenthalten, daß sich Dein Ego vielleicht dagegen sträuben wird, eine solche Lösung zu finden, da diese Suche zugleich bedeutet, Dich selbst in Frage zu stellen und Deine Anschauungen zu revidieren. Da sind wir auch schon beim Thema „Ich“.

WAS IST DAS ICH? Deinen Erinnerungen kam im Laufe der Jahre immer größerer Stellenwert zu, so daß sie schließlich stark genug wurden, Dein ganzes Wesen zu beherrschen. Ich will Dir das so erklären: Du erinnerst Dich daran, wie Du ein bestimmtes Ereignis erlebt hast. Bestimmte Ereignisse merkst Du Dir, da sie besonders glücklich oder

schwierig waren. Aus diesen Erinnerungen hast Du Schlüsse gezogen, die in der Folge zu Überzeugungen wurden. Diese versuchen nun, Dir weiteres Leid zu ersparen bzw. Glückserfahrungen zu wiederholen.

Solche Erinnerungen haben eine gewisse Eigenständigkeit in Deinem Inneren erworben und wollen erhalten bleiben. Sie nähren sich von der Energie, die Du Ihnen immer dann zur Verfügung stellst, wenn sie Dein Leben beherrschen. Ja wir könnten sogar fast sagen, sie können sich mitteilen wie wir selbst. Sie sind die unzähligen kleinen Stimmen, die Du in Dir hörst.

Du solltest jedoch nie vergessen, daß Du richtig zu handeln meinst, wenn Du an etwas glaubst. Du gingst ja davon aus, daß Dir Deine Überzeugungen bei der Suche nach Deinem persönlichen Glück helfen würden. Nun nutzen uns aber heute nur die wenigsten dieser Ansichten, die wir seit unserer Kindheit angehäuft haben. Sicher diente Dir die eine oder andere schon einmal, doch sind die meisten schon längst überflüssig.

Nehmen wir zum Beispiel einen Jungen, der Schwierigkeiten beim Lesenlernen hat und dem von den Eltern oder Lehrern ständig vorgehalten wird: *„Du bist zu nichts gut, Du bist zu zerstreut. Du wirst es nie zu etwas bringen.“* Hat der Junge unter dieser Erfahrung gelitten, was wahrscheinlich ist, so wird er sein ganzes Leben daran glauben. Eine innere Stimme wird ihm jedesmal, wenn er etwas Neues lernen oder bewerkstelligen will, zuflüstern, daß er eigentlich ein Taugenichts ist. Dieser Teil seines Wesens (diese Ansicht) ist überzeugt davon, ihm weiteres Leid zu ersparen, indem er versucht, ihn schlichtweg davon abzuhalten, irgend etwas zu unternehmen.

Auch als Erwachsener wird dieser Junge noch alles daran setzen, um sich nicht noch einmal vorwerfen lassen zu müssen, ein Taugenichts zu sein. Die Überzeugung, die inzwischen fester Bestandteil seines Ichs geworden ist, wird alle möglichen Entschuldigungen finden, um bloß nichts unternehmen zu müssen: *„Das interessiert mich nicht“* oder *„Ich hab's mir anders überlegt“* oder *„Dazu ist es noch zu früh“* usw. Ganz offensichtlich bringt diese Denkweise dem nunmehr erwachsenen Mann keinerlei Nutzen mehr.

Das Ich besteht nun aus Hunderten solcher Ansichten, die wir uns bewußt machen sollten, damit sie uns nicht daran hindern, unsere Wünsche zu verwirklichen. Denn nur so können wir zu einem gesunden *ICH BIN* gelangen.

Der Hauptgrund all unserer Krankheiten läßt sich in wenige Worte zusammenfassen: DIE ÜBERMACHT UNSERES ICHS. Bestimmt das Ego unser Leben, so können wir nicht so sein, wie wir sein wollen, da wir uns unsere Wünsche dadurch selbst verbauen und dadurch den

Körperteil blockieren, durch den diese Wünsche zum Ausdruck gelangen sollten.

Hier ein Beispiel: Eine junge Frau kam einmal zu mir und klagte über eine Sehnencheidenentzündung am rechten Arm. Auf meine Frage, woran sie diese Schmerzen hinderten, antwortete sie mir, daß sie wegen dieser Armprobleme nicht mehr Tennis spielen könne. Sie hätte mir ja auch antworten können, daß sie deshalb ihr Kind nicht mehr in die Arme nehmen oder ihren Haushalt nicht mehr führen konnte. (So lassen sich die Ursachen einer Krankheit leichter finden, wenn wir uns bewußt werden, woran sie uns hindert.) Aus der Antwort der jungen Frau schloß ich, daß eine bestimmte geistige Haltung oder Überzeugung ihr das Tennisspielen verleiden wollte. Ich fragte sie deshalb, mit welcher Absicht und welchem Wunsch sie anfing, Tennis zu spielen. Hierauf antwortete sie mir, daß sie sich etwas amüsieren wollte, da sie ohnehin dazu neige, das Leben mit einem Geschäftsmann und zwei Kindern zuhause zu ernst zu nehmen.

Dann erzählte sie mir, daß sie sich eigentlich von drei anderen Frauen zum Tennis überreden hatte lassen, um allwöchentlich gegeneinander Doppel spielen zu können. So war das Spiel, welches eigentlich Spaß hätte sein sollen, zum Wettkampf geworden. Bei jedem Fehler hatte ihre Partnerin sie verstehen lassen, daß sie besser hätte spielen sollen. Erst die Sehnenentzündung ließ sie nun erkennen, daß sie bisher keinen Mucks zu sagen gewagt hatte, um den anderen nicht zu mißfallen. Überdies untersagte ihr ihre innere Überzeugung, nur zum Spaß zu spielen. Da wurde ihr plötzlich auch klar, daß sie diese Anschauung auch mit ihrer Mutter teilte, die immer sehr streng mit sich selbst gewesen war. Es gab immer so viel zu tun, daß keine Zeit zum Spiel mehr blieb.

Aus diesem Beispiel sollte nun aber auch klar werden, daß die Sehnenentzündung dieser Frau keineswegs mitteilen wollte, mit dem Tennisspiel aufzuhören, sondern vielmehr ihr VERSTÄNDNIS des Spiels zu ÄNDERN. Nur allzu häufig glauben wir, daß ein Schmerz ein Zeichen dafür ist, dieses oder jenes zu tun oder nicht zu tun. Die Frau in meinem Beispiel hätte sich ja auch ohne weiteres sagen können: „*Meine Armschmerzen bedeuten sicher, daß ich mit dem Tennisspielen aufhören sollte.*“ ACHTUNG! Solche Gedanken sind Fallen des Ichs, um die eigentlichen Anschauungen zu tarnen. Warum? **Weil das Ich davon überzeugt ist, daß alles, was es glaubt, nur zu Deinem Besten ist.**

Ich schlage Dir daher vor, Dein Problem ganz besonders genau unter die Lupe zu nehmen, wenn die Krankheit **rein körperlich** zu sein scheint. Hier ein paar Beispiele:

- Eine Vitaminmangelkrankheit, die sofort verschwindet, wenn die betroffene Person die Vitamine bekommt.
- Jemand bricht sich bei einem Sturz einen Arm.
- Jemand ißt zuviel Schokolade und bekommt Bauchweh.
- Jemand macht physische Anstrengungen und leidet noch nach Tagen an Muskelkater.

Es ist sehr verlockend, in solchen Fällen von rein physischen Ursachen auszugehen. Doch da wir den Körper nie von der Gefühlswelt und dem Geist trennen können, rate ich Dir, Dich nicht abermals von Deinem Ich beeinflussen zu lassen, das mit allen Mitteln erreichen will, daß Du den Fehler äußeren Faktoren zuschreibst. Ich will noch einmal unterstreichen, daß das Ich sich gegen die Verantwortung an der Krankheit sträubt, weil die Überzeugung (ein Teil des Egos), die hinter einem Unfall oder einem Gesundheitsproblem steckt, recht zu haben meint und sich nicht entdecken lassen will.

*Sei Dir im klaren darüber, daß das **Ich** das menschliche Leben nicht lenken kann. es ist nicht imstande, die wahren Bedürfnisse eines Menschen zu erkennen, da es sich auf die Erinnerungen der Vergangenheit stützt. Das Ego ist nicht mehr als eine Schöpfung des menschlichen Intellekts.*

Das Ich will leben, doch kann es sich nur nähren und Dich beherrschen, wenn Du zuläßt, daß Deine Ansichten Dein Leben lenken. Auf all diese Punkte ging ich bereits ausführlicher in meinen anderen Büchern ein.

Da allen Menschen ein Ich innewohnt, bin ich nur um so mehr davon überzeugt, daß alle Krankheiten ausnahmslos mit unserem emotionalen und mentalen Körper in Verbindung stehen.

Geht man davon aus, daß Krankheiten allein physischen Ursprungs sind wie eine Wunde nach einem Unfall, eine Verdauungsstörung, Zahnschmerzen usw., so hieße das, den Menschen von seinen beiden anderen Körpern zu trennen. Unsere stoffliche Hülle besteht aus drei Körpern, die sich in keinem Fall voneinander trennen lassen. Um diese Verbindungen besser zu verstehen, genügt es, sich vor Augen zu führen, wie deutlich sich bestimmte Gedanken oder Emotionen an unserem Körper ablesen lassen. So beschleunigt sich z. B. unser Herzrhythmus, wenn wir Angst haben oder bestimmte Gefühle erleben. Die Ursache ist hierbei mehr als rein physisch.

Die häufigsten Krankheitsursachen sind negative Haltungen und Emotionen, Schuldgefühle, der Versuch die Aufmerksamkeit anderer auf sich zu lenken oder durch die Krankheit unangenehmen Situationen zu entgehen. Außerdem gibt es leicht beeinflussbare Menschen, die

oft an Krankheiten leiden, die durch gängige Überzeugungen, wie „*im Luftzug erkältet man sich*“, bewirkt werden. Solche Menschen werden sich auch leicht eine sogenannte ansteckende Krankheit *holen*.

Wie der Titel dieses Buches bereits andeutet, versucht jede Krankheit Dich dazu zu bringen, Dich selbst zu lieben. Wie ich zu diesem Schluß kam? Nur wenn wir uns selbst lieben, lassen wir unser Herz und nicht unser Ich unser Leben führen.

Sich lieben heißt, sich das Recht zuzugestehen, seine eigenen Erfahrungen zu leben. Andere lieben heißt, ihnen dasselbe Recht zuzugestehen, ihre eigenen Erfahrungen zu machen.

Das heißt, Du sollst Dir gestatten, ein Mensch zu sein; ein Mensch mit all seinen Ängsten, Ansichten, Grenzen, Wünschen, Stärken und Schwächen; kurz, Dir zugestehen **SO ZU SEIN, WIE DU JETZT BIST**. All das sollte ohne moralisches Urteil von Gut und Böse, richtig oder falsch geschehen, sondern lediglich als Erfahrung erlebt werden, bei der wir uns immer bewußt sind, daß jede unserer Entscheidungen angenehme oder unangenehme Folgen nach sich zieht.

Das ist nun auch der Grund, weshalb sich dieses Werk als Mittel versteht, zum natürlichen Zustand unseres Körpers, d. h. zu Gesundheit, Glück, Liebe und Harmonie zurückzugelangen.

Hast Du einmal die geistige Sperre entdeckt, die Dich so blockiert, daß sie ein Gesundheitsproblem erzeugt, so heißt es als nächstes, bedingungslos zu akzeptieren, was Du bist, noch bevor irgendein tieferer Wandel geschehen soll. Deshalb habe ich bei jedem Gesundheitsproblem noch weitere Fragen angefügt, die es Dir ermöglichen sollen, tiefere Einsicht darin zu gewinnen.

Dein Körper wird sich Deiner Wandlung mit Freuden anpassen. **Erinnere Dich, daß Dein physischer Körper lediglich das Spiegelbild Deines Innenlebens ist.** Oft höre ich Leute in meinen Seminaren sagen, daß es ihnen nicht einleuchtet, warum eine Krankheit nicht sofort verschwindet, nachdem sie ihre Nachricht verstanden haben. Es genügt jedoch nicht, eine Situation oder einen Mitmenschen zu verstehen oder zu akzeptieren. **AM WICHTIGSTEN IST ES, SICH SELBST ZU AKZEPTIEREN, D. H. SICH SELBST ZU VERZEIHEN.** Darauf will ich am Ende dieses Buches noch genauer eingehen.

Suchst und findest Du die Ursache Deines Problems, so muß das nicht unbedingt heißen, daß Du deshalb keinen Arzt mehr aufsuchen solltest. Du kannst Dir auf der physischen Ebene helfen lassen, während Du selbst versuchst, auf der emotionalen, mentalen und spirituellen Ebene vorwärtszukommen. Tatsächlich mag es vielen leichter fallen, ihre Innenwelt zu erforschen, wenn sie nicht an äußeren Schmerzen leiden.

Vielleicht hast Du das Glück, einen Arzt zu finden, der davon überzeugt ist, daß der Mensch nicht nur über einen physischen Körper verfügt, sondern auch in feinstofflichen Ebenen existiert, die großen Einfluß auf ihn haben. Es freut mich zu sehen, daß immer mehr westliche Ärzte diese Verbindung zwischen Körper und Geist erkannt haben. Die östliche Medizin hat sie nie aus den Augen verloren. Zahlreiche Ärzte schrieben dort Abhandlungen zum metaphysischen Aspekt von Krankheiten.

Auch in der sogenannten Alternativmedizin gibt es eine große Auswahl von Ärzten. Eine ausgezeichnete Gelegenheit also, Dein Unterscheidungsvermögen und die Kraft Deiner Wahl zu testen. Schließlich reden wir hier ja von Deinem Körper; und Dir kommt die alleinige Verantwortung darin zu, Dich um ihn zu kümmern und ihn bei bester Gesundheit zu halten.

Nun mußst Du Dich nur noch öffnen und akzeptieren, daß die metaphysische Sicht von Gesundheitsproblemen einen Teil der neuen Errungenschaften darstellt, die das Wassermannzeitalter (die Energie des dritten Jahrtausends) mit sich bringt und die sich auf alle Bereiche erstrecken werden. Wir stehen an der Schwelle zwischen einer vom Intellekt dominierten Welt und einer Welt der Spiritualität, d. h. einer Welt, in der das *SEIN* seinen gebührenden Stellenwert wiedererhalten wird. Menschen, die sich weigern, diesen grundlegenden Wandel zu akzeptieren, wird es immer schwerer fallen, glücklich und gesund zu sein und sich dem Leben zu stellen.

So solltest Du dieses Buch lesen:

1. Gehe in der folgenden, alphabetischen Liste zum Gesundheitsproblem, an dem Du gerade leidest und lies seine Bedeutung.
2. Merke Dir oder mache Notizen zu dem, was Dich davon am meisten betrifft.
3. Lies genau und beantworte die Fragen im Anhang dieses Buches, um die Ursachen Deiner Krankheit präziser ermitteln zu können.
4. Nimm Dir Zeit, langsam zu lesen und das Schlußwort, den wichtigsten Teil, nachzuempfinden, um den inneren und äußeren Wandel zum Wohlbefinden in die Wege zu leiten.
5. Außerdem schlage ich Dir vor, die folgenden Zusatzerklärungen genau zu lesen.

Zusatzerklärungen zu den behandelten Gesundheitsproblemen

Wie läßt sich eine angeborene Krankheit metaphysisch erklären?

Eine angeborene Krankheit deutet darauf hin, daß die betroffene Person mit etwas in dieses Leben geboren wurde, das sie in ihrem Vorleben nicht geregelt hatte. Jedes Erdenleben einer Seele kann mit einem Tag im Leben eines Menschen verglichen werden. Hast Du Dich eines Tages verletzt und die Wunde ist nicht am selben Tag verheilt, wirst Du am nächsten Tag mit derselben Wunde aufwachen und Dich um sie kümmern müssen.

Sehr oft akzeptieren Menschen, die an einer angeborenen Krankheit leiden, diese besser als ihre Umwelt. Sie sollten sich fragen, was sie aufgrund dieser Krankheit nicht tun oder sein können und werden so ihre Botschaft verstehen. Auch hier verweise ich auf die Fragen am Ende des Buches. Was die Eltern solcher Menschen betrifft, so ist es sehr wichtig, daß sie sich nicht an der Krankheit ihres Kindes schuldig fühlen, denn diese Wahl hat es selbst vor der Geburt oder im Embryonalstadium getroffen.

Wie läßt sich eine Erbkrankheit metaphysisch erklären?

Leidet ein Mensch an einer erblichen Krankheit, so bedeutet das, daß er die Denk- und Lebensweise des kranken Elternteils geerbt hat, auch wenn hier in Wahrheit nicht wirklich von „Erbschaft“ die Rede sein kann. Er hat sich diesen Vater oder diese Mutter gewählt, da er dieselbe Lebenslehre zu lernen hat wie der kranke Elternteil. Wird dieser Umstand nicht akzeptiert, so äußert sich das in der Regel durch Schuldgefühle bei den Eltern, die das Kind automatisch anklagt. Doch wird das Kind den Vater bzw. die Mutter nicht nur anklagen, sondern auch alles daran setzen, um bloß nicht so zu werden wie jene/r, wodurch sich beide Seiten nur noch unwohler in ihrer Haut fühlen.

Ein Mensch, der an einer Erbkrankheit leidet, soll durch sie die Botschaft erhalten, daß er diese Wahl zu akzeptieren hat, da das Universum ihm dadurch eine wunderbare Gelegenheit bietet, ein großes Stück auf dem Weg seiner spirituellen Entwicklung zurückzulegen. Solange das nicht in Liebe akzeptiert wurde, wird die Krankheit sich von einer Generation auf die nächste übertragen.

Was geschieht, wenn Tausende von Menschen an einer Epidemie

erkranken oder sterben? Haben sie alle dasselbe zu lernen?

Seit Anbeginn der Zeit befielen Seuchen die Menschheit. Metaphysisch gesehen gehen wir davon aus, daß die Ausdehnung einer Epidemie in direktem Bezug zum Volksglauben steht, der sie unterhält. Alle von der Seuche betroffenen Menschen müssen verstehen lernen, daß sie sich selbst schaden, indem sie sich von der Denkweise der anderen beeinflussen lassen.

Diese Erklärung gilt vor allem für Epidemien, die Tausende Menschen im Zeitraum weniger Wochen oder Monate dahinrafft.

Meiner Ansicht nach treten heute mehrere Krankheiten seuchenartig auf: Millionen von Menschen erkranken an Krebs, AIDS, Diabetes, Muskeldystrophie, Herzkrankheiten, Asthma u.a., und die Zahlen nehmen trotz den Bemühungen und Entdeckungen der wissenschaftlichen Forschung und der Pharmakonzerne stetig zu. Daraus sollten wir schließen, daß den Menschen hier eine andere Aufgabe gestellt ist. Bei dieser anderen Aufgabe handelt es sich nun um nichts anderes, als sich selbst zu lieben und wahrhaft zu verzeihen. Die Schritte zu diesem Verzeihen will ich am Ende dieses Buches behandeln.

Weshalb treten so viele Krankheiten erst in fortgeschrittenem Alter auf, wo Du behauptest, daß sie auf eine Überzeugung zurückzuführen sind, die uns seit unserer Kindheit beeinflusst?

Eine Krankheit stellt sich ein, wenn ein Mensch seine physische Grenze erreicht hat. Jedem Körper oder Geist, jeden Gefühlen sind nun aber andere Grenzen gesetzt. Wir werden mit diesen Grenzen geboren.

Wann diese erreicht werden, hängt ganz davon ab, wie oft die Person denselben (inneren) Schmerz erleben mußte und welche Energiereserve ihr zur Verfügung steht. Je stärker die Energiereserve, desto später wird sie die Grenze ihres Körpers erreichen. Diese Körpergrenze jedoch wird erst erreicht, wenn die emotionalen und mentalen Grenzen bereits überschritten sind.

Nehmen wir das Beispiel eines Kindes, das ungerecht behandelt wurde. Jede neue Erfahrung des Unrechts wird den früher erlebten Schmerz wachrütteln und vergrößern. Die Krankheit wird dann ans Tageslicht treten, wenn dieser Mensch erneut eine Erfahrung der Ungerechtigkeit erlebt, die das Faß sozusagen zum Überlaufen bringt.

Ist es möglich, auch ohne diese Bewußtwertung der Krankheitsursachen wieder gesund zu werden?

Natürlich, oft sogar! Es ist durchaus möglich, daß der Vorgang des Akzeptierens oder inneren Verzeihens völlig unbewußt geschieht. Da

der Mensch im Durchschnitt nur 10 % seines Lebens bewußt lebt, ist es normal, daß wir all diese Blockaden, Emotionen, Rachgelüste oder Haßgefühle völlig unbewußt erleben. Daher ist es ebenso möglich, anderen zu verzeihen oder nichts mehr nachzutragen, ohne daß wir es überhaupt merken. In diesem Fall ist die Heilung definitiv. Es kann jedoch auch eine Art Heilung eintreten, die ich mental nennen will, d. h. daß der Kranke so stark an seinen Arzt, seine Medikamente, seine Behandlung, ans positive Denken, an seine Gebete usw. glaubt, daß eine Heilung eintritt, die jedoch nur vorübergehend sein kann. Das Problem wird wieder auftauchen, sobald ein neuer Auslöser die alte, innere Wunde öffnet, die noch nicht verheilt bzw. vergeben war.

Was bestimmt, ob jemand schwer oder gar sterbenskrank wird oder aber mit bloßem Unwohlsein davonkommt?

Der erste, bestimmende Faktor ist, wie schwer der Schmerz in der Jugend wog, d. h. wie das Kind den schmerzhaften Vorfall interpretierte und aufnahm. Auch der Umstand, solche Vorfälle alleine durchgemacht zu haben und daß das Kind niemanden hatte, dem es seine Gefühle dazu mitteilen konnte, ist ein weiterer ausschlaggebender Faktor für eine spätere Krankheit. Daher sind auch Menschen, die sich innere Verletzungen nicht anmerken lassen wollen, besonders für schwere Krankheiten anfällig. Die häufigsten solcher innerer, oft ins Unbewußte abgeschobenen Wunden sind Zurückweisung, Vernachlässigung, Erniedrigung, Verrat und Ungerechtigkeit.

Was hat es mit Entzündungen auf sich?

Als ich mich mit den Schriften des deutschen Arztes Dr. Gerd Hamer beschäftigte, las ich mit großem Interesse das Ergebnis seiner Forschungen in einem Bereich, den er NEUE MEDIZIN nennt.

Dr. Hamer geht davon aus, daß sich Entzündungen (wie Bronchitis oder Arthritis enden sie oft auf -itis) nach der Lösung eines biologischen Konflikts einstellen. Er sagt, daß der Körper sich in „Vagatonie“, d. h. in die Heilungsphase gibt, sobald ein Konflikt beseitigt oder gelöst wird. Genau zu diesem Zeitpunkt kommt es nun zu einer ansteckenden oder entzündlichen Krankheit. Nehmen wir z. B. einen Mann, der seinen Chef nicht mehr aushält und deshalb Urlaub nimmt. Kaum gelangt er an den Urlaubsort, bricht eine Stirnhöhlenentzündung aus.

(Bei einem biologischen Konflikt handelt es sich um einen gewaltigen Schock, dem wir uns hilflos ausgesetzt fühlen und den wir alleine durchleben. Es ist dies ein Schock, der die betroffene Person

völlig unerwartet trifft. Die normalen Konflikte des Alltags haben bei weitem keine so verheerenden Auswirkungen, da wir uns auf sie vorbereiten können.)

Hat der Körper diesen Heilungsprozeß begonnen, so sollte uns das keineswegs daran hindern, uns von der Medizin helfen zu lassen. Doch schlage ich vor, in all unseren Tiefen nachzuforschen, ob der Konflikt auch wirklich (in Liebe und Verzeihung) gelöst ist oder ob es sich da nicht eher um eine vorübergehende Lösung handelt.

Weiterhin geht Dr. Hamer davon aus, daß ungefähr die Hälfte der etwa 1.000 bekannten Krankheiten „heiß“, die andere Hälfte „kalt“ ist. Diese heißen Krankheiten (wie z. B. eben Entzündungen) zeigen an, daß der Konflikt überstanden ist und der Körper sich wieder ins Lot bringt. Er geht davon aus, daß Krankheiten in zwei Phasen ablaufen. So sind etwa 500 Krankheiten zunächst „kalt“ (Phase des aktiven Konflikts) und werden dann „heiß“ (Heilphase nach der Konfliktbeseitigung).

Beim Menschen wie beim Tier kommt dem Schmerz eine ganz bestimmte, biologische Rolle zu. Der betroffene Körperteil, manchmal der gesamte Organismus werden lahmgelegt, um dem Heilungsprozeß die besten Chancen zu geben.

Doch auch während der aktiven („kalten“) Konfliktphase können Schmerzen auftreten, wie das z. B. bei einem Magengeschwür oder bei Herzenge der Fall ist. Die in der „heißen“ Phase auftretenden Schmerzen werden durch Entzündungen, Infektionen, Ödeme oder Narbenbildung verursacht.

Ich finde die Entdeckungen Dr. Hamers wie auch die anderer Ärzte, wie Dr. Siegel oder Dr. Simonton, höchstinteressant, da sie uns dazu anspornen, uns neuen Horizonten zu öffnen. Ich kann nicht versichern, daß all dies wahr ist, doch wie sollten wir schon wissen, wer über die ganze Wahrheit verfügt? Insofern ist es sicher weiser, in Dir selbst nachzuforschen, um Deine persönliche Wahrheit zu finden.

Ich kenne einige Ärzte, die nach den Gesetzen der Neuen Medizin von Dr. Hamer arbeiten und dabei ausgezeichnete Ergebnisse erzielen. Ihnen ist zur Zufriedenheit und zum Wohlbefinden ihrer Patienten eine Synthese aus traditioneller und neuer Medizin geglückt. Was Du glaubst oder nicht, steht allein Dir offen. Ein begonnener Heilungsprozeß sollte Dich also nicht daran hindern, die Medizin zu Rate zu ziehen. Doch denke immer daran, daß es Deine Aufgabe ist, Dich um Deinen emotionalen, mentalen und spirituellen Körper zu kümmern, während ein Arzt versuchen wird, Deinen physischen Körper zu heilen.

Den Arbeiten Dr. Hamers möchte ich lediglich hinzufügen, daß wir eher versuchen sollten, einen Konflikt zu lösen, als ihn lediglich zu beseitigen. So ist das oben genannte Problem des Mannes mit der Stirnhöhlenentzündung nur vorläufig gelöst, solange er seinen Chef meidet. Um den Konflikt wirklich zu lösen, muß er die am Ende dieses Buches beschriebenen Etappen des Verzeihens durchmachen. Nur so kann er die ständigen Rückfälle von Sinusitis vermeiden. Es ist also wichtig, zwischen *Konfliktbeseitigung* und *Konfliktlösung* zu unterscheiden.