



# Leseprobe

Clemens Kuby  
**Mental Healing - Das  
Geheimnis der  
Selbstheilung**

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 22,00 €



---

Seiten: 384

Erscheinungstermin: 02. Oktober 2017

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

# Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

## Zum Buch

---

Clemens Kuby lüftet das Geheimnis der Selbstheilung! Sie basiert auf natürlichen und wissenschaftlich erklärbaren Prozessen, die von jedem, der sich dafür öffnet, präzise nachvollzogen und individuell angewendet werden können. Kuby, der sich von einer Querschnittslähmung mental heilte, recherchierte über Jahrzehnte in 14 Kulturen weltweit, wie es dort zu nicht medizinischen Heilungen kommt. Aufgrund seines Falles und etlichen anderen Selbstheilungsfällen aus seinen Seminaren entstand *Mental Healing*.

In diesem Buch fasst er seine erfolgreiche Heilmethode systematisch und authentisch zusammen. *Mental Healing* fasziniert alle, die für ihr Wohlergehen selbst sorgen oder die Methode beruflich weitergeben wollen.



### Autor

## Clemens Kuby

---

Clemens Kuby, geboren 1947, preisgekrönter Dokumentarfilmer und Bestsellerautor, war querschnittsgelähmt und hat sich intuitiv geheilt. Danach dokumentierte er in Büchern und Filmen das Phänomen der Selbstheilungskraft. Er wurde zum weltweit gefragten Referenten und gibt seine Erfahrungen zu Selbstheilung und der Kontinuität des Geistes in Vorträgen und Seminaren persönlich weiter.

CLEMENS KUBY

**MENTAL HEALING**

Das Geheimnis der Selbstheilung

CLEMENS  
**KUBY**

# **Mental Healing**

Das Geheimnis  
der Selbstheilung

Kösel

**In Memoriam**  
**Zum 100. Geburtstag meiner Eltern,**  
**Juni 2010**

## Vorwort

Dieses Buch vermittelt Ihnen eine Methode zur Wandlung und Selbstbefreiung von körperlichen, psychischen, Arbeits-, Finanz- und Beziehungsproblemen. Kaum zu glauben, aber wahr: Sie brauchen dafür nichts weiter als einen Block Papier, einen Stift oder ein anderes Schreibgerät, um Ihre persönlichen Reflexionen durchzuführen. Positive Veränderungen und Selbstheilungsprozesse vollziehen sich auf geistige Weise.

Das Thema Selbstheilung wird unter den gegebenen gesellschaftlichen Verhältnissen immer dringender. Mehr und mehr wird uns bewusst, dass wir uns mit den bisherigen Konzepten unsere Gesundheit und Lebensgrundlage ruinieren und gewaltige Krisen, Katastrophen und Kriege heraufbeschwören. Das bisher gültige globale Prinzip »Wachstum« kann – wie sich zeigt – in einer endlichen Welt nicht funktionieren, dennoch wird es nicht fallen gelassen oder geändert. Warum? Einige wenige fürchten offenbar um ihre Macht, doch ihr Egoismus reißt die Natur und mit ihr die Bevölkerung ins Verderben.

Da alle Korrekturmaßnahmen zwar gut gemeint, aber letztlich nichts als Kosmetik sind und keine grundlegende Veränderung bewirken, kann der Ausweg nur in einer Eigeninitiative liegen. Aber: Darf man selbst aktiv werden? Muss man nicht vorher jemanden um Erlaubnis bitten? Brauchen wir erst politische Veränderungen, damit wir uns individuell befreien und heilen können? Steht es in unserer persönlichen Macht, das Experiment Menschsein vorwärtszubringen, auch wenn wir selbst nur ein ganz, ganz kleines, völlig unbedeutendes Individuum in dieser globalen Großmaschinerie sind?

Die Antwort ist JA!

Weshalb kann man das so eindeutig bejahen? Der Mensch ist ein sich selbst heilendes Wesen. Wäre dem nicht so, dann gäbe es nicht die Vielen, die ich persönlich als unheilbar kennengelernt habe und die heute – wie ich selbst – wieder gesund sind. Jeder Mensch ist so ausgestattet, dass er seine eigene, direkte Verbindung mit dem Universum in

sich trägt. Auch wenn diese Verbindung für die meisten nicht aktiviert ist – die Basis ist dennoch bei jedem vorhanden und kann jederzeit genutzt werden. Dafür sind keinerlei äußere Bedingungen zu erfüllen, wie dieses Buch enthüllt. Für viele Menschen, die sich selbst heilen konnten, begann dieser Weg schon mit meinen Büchern *Unterwegs in die nächste Dimension* und *HEILUNG – das Wunder in uns* und/oder mit meinen Wochenend-Seminaren.

In diesem Buch erläutere ich nun, worin die Fähigkeit der Selbstheilung konkret besteht. Es ist zwar motivierend, darüber zu lesen, wie andere sich von ihren Problemen befreien – entscheidend aber ist, es *selbst tun* zu können. Dafür habe ich die *Mental-Healing*-Methode entwickelt. Sie ist sowohl von Hilfesuchenden als auch von Hilfegebenden anzuwenden, wie von Ärzten, Therapeuten, Heilpraktikern und allen, die sich um die Gesundheit anderer bemühen. Mit *Mental Healing* heilt man nicht nur sich selbst, sondern heilt auch global, universell, weil es ein Bewusstsein beinhaltet, das nicht an Raum und Zeit gebunden ist.

Warum heißt meine Methode *Mental Healing*, wenn es sich hier doch um einen deutschsprachigen Text handelt? Englisch ist mittlerweile eine Weltsprache, die auch die deutsche Sprache durchzieht. Da *Selbstheilung* nicht an eine spezifische Kultur gebunden, sondern ein individueller und zugleich universaler Prozess ist, passt der Begriff *Mental Healing* ideal. Allerdings existiert dieser Begriff in der von mir benutzten Weise im Englischen nicht wirklich, so wie auch unser deutscher Begriff *Handy* für das Mobiltelefon im Englischen nicht verstanden wird. *Mental Healing* bekommt durch dieses Buch einen eigenständigen Begriff für Gesundung – gleich welcher – ohne jegliche materielle Intervention. Der internationale Begriff *Mental Healing* wird damit zu einer klar umrissenen Marke für geistiges Heilen.

Normalerweise beinhalten Heilungsvorschläge sehr viele »Vehikel«, die für einen Heilungsprozess als notwendig erachtet werden. Solche Methoden machen den Menschen jedoch abhängig und nehmen ihm etwas von seiner Freiheit und seiner Würde. Alles, was tatsächlich für eine Selbstheilung nötig ist, ist eine Bewusstseinsenerweiterung. Genau das erleben Sie mit diesem Buch und werden dann wissen, wie Sie sich

selbst weiterentwickeln können. Es bietet Ihnen eine Reflexionsebene, durch die etwas entsteht, was durch reines Nachdenken nicht erreicht wird. Wenn Sie Ihre Gedanken zu Ihrem Bewusstseinsprozess parallel beim Lesen aufschreiben, um sie später neu zu überdenken und gegebenenfalls zu vertiefen oder zu verändern, ziehen Sie den größten Nutzen aus diesem Buch.

Sie werden feststellen, dass sich die grundsätzlichen Aspekte des *Mental Healing* in unterschiedlichen Zusammenhängen wiederholen. Das resultiert aus der Praxis dieser Methode und hilft, diese ungewohnten Aspekte zu verinnerlichen.

Wer darüber hinaus Hilfe wünscht, ist in meinen Seminaren herzlich willkommen. Ich bilde Sie mit der Kubymethode auch zum mental healing-Begleiter aus, anders ausgedrückt, zum Begleiter für Selbstheilungsprozesse, sodass Sie – wie ich selbst – Telefonhilfe anbieten und Heilgruppen leiten können.

Es war mir schon immer ein Bedürfnis, Leid lindern zu helfen, das dort entsteht, wo das Mitgefühl vom Machtgefühl verdrängt wird und das Ego über die Seele regiert. Wir sehen dieses Leid aller Orten und zu allen Zeiten. Es ist so groß, dass einen mitunter das Gefühl überkommen könnte, die Menschheit sei nicht zu retten und die Summe aller Schrecklichkeiten bliebe immer dieselbe. Dieses Gefühl ändert sich jedoch, wenn wir uns selbst verändern. Sich selbst aus seinem Leid zu erretten, macht Sinn und befördert das Experiment Menschsein. Es hat sich erwiesen, dass sich bei den Teilnehmern meiner Seminare, den Lesern meiner Bücher und den Besuchern meiner Filme etwas Positives vollzieht und deren Leid mindert. Und das mindert auch das Gefühl der Hilflosigkeit.

Alles nicht aufgelöste Leid – in welcher Form auch immer und ganz gleich, ob als Opfer oder Täter – bleibt aktiv und wiederholt sich, um irgendwann gesehen und geheilt zu werden. Nichts ist vergessen, alles aber kann wiedergutmacht werden, unabhängig von Raum und Zeit. Der Körper ist lediglich ein Spiegel unserer Seele. Alles, was wir mit ihm tun und erfahren, ist Ausdruck unseres Denkens. Dieses Denken können wir ändern, hier und jetzt – mit Hilfe unserer Intuition und durch den Wandel unseres Bewusstseins.



Der wirkliche und grundlegende Fortschritt für unser Gesundheitswesen bestünde deshalb darin, dass in unserer Gesellschaft damit begonnen würde, Intuition zu schulen. Denn unser gesamtes Bildungssystem, angefangen vom Kindergarten über die Schulen und Berufsausbildung bis hin zur Universität, ist bislang fixiert auf das Training der Ratio, der linken Gehirnhälfte. Doch mit der Ratio oder dem sogenannten Wachbewusstsein gelangen wir nicht an unsere eigene Weisheit und Kompetenz. Wenn wir uns selbst heilen wollen und damit das Experiment Menschsein weiterentwickeln, brauchen wir die Ressource *Intuition*. Dafür müssen wir anfangen, auch unsere rechte Gehirnhälfte zu trainieren. Bitte lesen Sie.

*Clemens Kuby*  
*Fuchstal, im Juni 2010*

## Die Evolution der Gefühle

Um unser Bewusstsein zu entwickeln, fragen wir zunächst: Worin zeigt es sich uns? Die Evolution wird üblicherweise rein materialistisch, also als eine biologische Entwicklung gesehen. Aber was ist die Triebfeder der biologischen Evolution? Nach darwinistischer Vorstellung ist es das Konkurrenzstreben. In seiner extremsten Form bedeutet es Krieg. Konkurrenzstreben ist keine Biologie, sondern ein Gefühl. Auch die Beteiligung am Krieg ist mehr eine Frage des Gefühls als der Biologie, denn jede Beteiligung an diesem Konkurrenzkampf – in welcher Größenordnung auch immer – ist letztlich gekennzeichnet von der Angst vor dem Tod. Von dieser Angst ist abhängig, mit welchen Gefühlen der Konkurrenzkampf geführt und damit die Evolution angetrieben wird. Das Gefühl für den Tod (Angst oder keine Angst) ist eine Frage des Bewusstseins. Damit hängt also der Verlauf der Evolution von unserem Bewusstsein ab, und das können wir entwickeln.

Wer die Evolution lediglich an ihren materiellen Faktoren festmacht, kann ihren Verlauf nicht verstehen und dadurch auch nicht beeinflussen. Konkurrenz, Eifersucht, Angst und Hass sind Gefühle, die die materielle biologische Entwicklung genauso steuern wie die Gefühle von Geborgenheit, Solidarität, Zuversicht und Liebe. Wer wissen will, warum wir uns so entwickelt haben und wie wir uns entwickeln werden, muss sich die Gefühle anschauen, die die Menschheit kultiviert.

Biologen und Evolutionstheoretiker stellen fest, dass der erste affenähnliche Mensch vor ca. 200.000 Jahren entstand. Nach 100.000 Jahren gab es dann ca. 70.000 Menschen auf der Erde. Danach hat sich das Experiment Menschsein so intensiviert, dass wir seit ca. 20.000 Jahren vom *Homo Sapiens* sprechen. Die Qualitätsbezeichnung *Sapiens* (= Weisheit) gilt es allerdings zu hinterfragen: Können wir uns wirklich seit 20.000 Jahren als *Homo sapiens* bezeichnen oder vielleicht erst in 20.000 Jahren? Vor dieser Entwicklungsstufe war der Mensch keineswegs das dominierende Wesen. Seit der Jungsteinzeit vor 10.000 Jahren explodierte die Menschenzahl in nur 500 Generationen um das

1000-fache. Vor 5000 Jahren war der Mensch seinen Vorfahren vor 50.000 Jahren viel ähnlicher als dem heutigen Menschen. Die Veränderung beschleunigt sich also exponentiell. Heute leben wir auf Kosten aller anderen Wesen, von denen täglich mindestens eine oder mehrere Arten aussterben. Alle Wesen zusammen aber machen die Lebensqualität des Planeten aus.

Wir müssen uns bewusst werden, dass wir selbst die Träger dieser rasant zunehmenden Veränderungsgeschwindigkeit sind. Man kann dies jetzt schon in der Wesensveränderung von einer Menschen-Generation zur nächsten gut erkennen. Dabei ist die Veränderung nicht auf allen Kontinenten gleich. Die genetischen Variationen steigen mit der Globalisierung rapide an. Die Menschen-Typen und -Rassen mischen sich in einem nie gekannten Ausmaß, auch in unserer Nachbarschaft. Das verstärkt das Gefühl für *eine* Welt, eine gemeinsame Evolution.

Gefühle lenken die Evolution.

Wir können anhand der Evolutionsgeschichte beobachten, was passiert, wenn eine Spezies plötzlich beginnt, sich rasant zu vermehren. Niemand hält sie davon ab, zu wachsen und zu wachsen – so lange, bis sie ihre eigenen Grundlagen für dieses Wachstum verbraucht hat. Danach wird sie schrumpfen, sicherlich wesentlich schneller als sie gewachsen ist. Warum soll das bei der Spezies *Mensch* anders sein? Wir haben in der Zeit, seit es uns gibt, die Erfahrung eines zu- und abnehmenden Zyklus noch nicht durchgemacht. Wir sind noch mitten in der Expansion, aber die Grenzen werden jetzt sichtbar. Der Höhepunkt, den die Erde angeblich verträgt, liegt bei neun Milliarden unseresgleichen. Diese Bevölkerungszahl werden wir wohl noch in diesem Jahrhundert erreichen. Dann schrumpfen wir das erste Mal und sicher sehr schnell und sehr radikal, denn dann sind die Ressourcen für dieses Experiment Menschsein zunächst einmal aufgezehrt.

Zu den Ressourcen der Evolution zählen primär nicht die Biologie und die Rohstoffe, sondern unsere *Gefühle*, mit denen wir das Experiment Menschsein antreiben. Diese Gefühle werden erschöpft sein, wenn wir schrumpfen. Und das wird jetzt schon spürbar. Wir brauchen demnach nicht zu warten, bis vielleicht Öl, Wasser, Luft und Klimabalance für neun Milliarden Brüder und Schwestern erschöpft sind.

Das Gefühl, Raubbau treiben zu dürfen und sich die Erde untertan machen zu wollen, sind also keine biologischen Faktoren, sondern philosophische und emotionale. Selbst wenn es gelingen würde, die Lebensgrundlagen anderweitig materiell zu sichern, ließe sich eine höhere Lebensqualität nur durch andere Gefühle erreichen.

Weder die Biologie noch die technische Entwicklung können die Evolution qualitativ vorwärtsbringen. Das können nur unsere Emotionen, die wir entwickeln; oder sagen wir, das können wir nur mit einem Charakter, den wir uns unabhängig von Biologie und Technik anerkennen. Ein anderer Charakter hat andere Gefühle und geht folglich mit seiner Welt und seinen Mitwesen auch anders um.

### Was prägt unseren Charakter?

Der Mensch und alle Wesen besitzen ein ganzes Spektrum an Gefühlen. Selbst wenn wir vorherrschend egoistisch fühlen, kennen wir andere Seiten von uns. Die Frage, welche Seite oder welche Aspekte unseres Gefühlsspektrums wir fördern, ist eine Frage des Bewusstseins. Das Bewusstsein formt den Charakter. Dieses Bewusstsein wird heutzutage maßgeblich geprägt vom Fernsehen. Dort wird das Programm von Menschen entschieden, die in erster Linie an ihrem persönlichen, materiellen Wohlstand interessiert sind. Sie senden deshalb das, was der größte gemeinsame Nenner aller Zuschauer ist. Logischerweise erzielt das niedrigste Bewusstsein die höchsten Einschaltquoten. Fußball beispielsweise hat eine der höchsten Quoten, weil es dabei nur um Konkurrenz ohne Inhalte geht. Das neue Bewusstsein kann demnach nur den Nischen der Gesellschaft entspringen, und nicht den Massenmedien.

Dazu eine kleine Geschichte: Eine Redakteurin einer bekannten, großen Tageszeitung machte mit mir ein Interview. Ich fragte sie anschließend, wann es erscheinen würde. Sie sagte: »Vermutlich am Montag. Vorausgesetzt, es kommt am Wochenende nicht noch ein Schweinegrippefall rein, für den müssen wir dann vier Seiten freimachen, und dann fällt Ihr Interview natürlich raus.« Ich fragte: »Glauben Sie an die

Schweinegrippe?« Sie: »Ich persönlich nicht, aber unser Chef verlangt das.« Ich: »Ihr Chef glaubt also an die Schweinegrippe?« Sie: »Das Verrückte ist, dass er selbst auch nicht daran glaubt. Aber er sagt, es ist einfach so, wir müssen mitmachen und egal, wie bescheuert die ganze Kampagne ist, wir müssen ihr vier Seiten einräumen.«

Die Erklärung, weshalb etwas so gehandhabt wird, ist einfach: *Geld regiert die Welt*. Und es zeigt sich: Seit der Milliarden-Deal mit dem Schweinegrippe-Impfstoff gelaufen ist, gibt es keine Schweinegrippefälle mehr – zumindest müssen für solche Fälle die Zeitungen keine einzige Zeile mehr einsetzen. Bei der vorausgegangenen Vogelgrippe war es nicht anders.

Jede Bewusstseinerweiterung erfordert Mut, und dieser ist wiederum eine Frage des Charakters. Unser Charakter ist geprägt von dem Welt- und Menschenbild, das unsere Bildung vertritt, die wir zu Hause, in der Schule und danach genossen haben. Mit dem herrschenden Menschenbild jedoch, das unsere Bildung vermittelt, fahren wir die Evolution an die Wand. Das führt zu vielen Opfern. Man muss aber nicht dazugehören, wenn man sein Bewusstsein entwickelt. Dafür schreibe ich dieses Buch. Niemand kann einen daran hindern, sein Schicksal selbst in die Hand zu nehmen, denn die Bewusstseinsentwicklung spielt sich im Geist ab. Das heißt: Wir können uns ganz persönlich, ohne auch nur mit einem einzigen Menschen darüber zu sprechen, die Frage stellen: Welche Idee vom Menschsein tragen wir in uns?

Bewusstsein formt den Charakter.

### Welcher Idee vom Menschsein folgen wir?

Wer der Mensch ist, entzündet sich an der Vorstellung dessen, was der Mensch eines Tages sein soll. Der Humanismus ist zum Beispiel eine solche Vorstellung. Offenbar fehlt es aber dieser Idee an Kraft, um sich zu verwirklichen. Sie ist von ihrem Ideal weit entfernt und zwar genau so weit, wie sie nicht zu Ende gedacht ist – sie ist im Experiment Menschsein nur eine Zwischenidee. In der Vorstellung des Humanismus stecken so viele unausgegorene Halbherzigkeiten und schwam-

mige Allgemeinplätze, dass sie die große Mehrheit der Menschheit nicht wirklich begeistern kann. Der Humanismus propagiert, der Mensch sei die Krönung der Schöpfung. Wir aber beobachten, dass es unzählige Wesen mit Fähigkeiten gibt, bei denen es uns die Sprache verschlägt. Wie, um nur ein kleines Beispiel zu nennen, finden Zugvögel ihre Ziele? Wie können sie zugleich schlafen und Tausende von Kilometer an einem Stück fliegen? Uns selbst als Krone der Schöpfung zu bezeichnen, ist deshalb mehr als lächerlich.

Es spielt keine Rolle, an welcher Stelle in der Evolution wir einhaken, um herauszufinden, welche Rolle wir in ihr spielen wollen – es geht immer ums Prinzip. Also versuchen wir uns die Entwicklung der Menschheit an uns selbst ganz persönlich, individuell klarzumachen und dann entsprechend zu formen. Ganz praktisch bedeutet das: Da die Evolution ebenso wie unser Geist ohne Anfang und Ende ist, können wir uns nicht nur rückblickend, sondern auch vorausschauend mit ihr beschäftigen. Die große Frage »Wer bin ich?« kann als Vergangenheits- wie auch als Zukunftsfrage gestellt werden: »Wer war ich und wer werde ich sein?«

### Mit Mutter Erde auf Kriegsfuß

Die Idee Menschsein ist im Verhältnis zur Idee Erde noch recht jung. Wenn wir uns dieses Verhältnis vorstellen wollen und sagen, die Erde wäre genau vor einem Jahr im Sonnensystem entstanden, und dieses Jahr besteht aus 365 Tagen und jeder Tag besteht aus 24 Stunden und jede Stunde aus 60 Minuten, dann besteht die Erde 525.600 Minuten. Von dieser riesigen Zahl gibt es den Menschen gerade mal 3 Minuten. Die gesamte Zeit davor, die 525.597 Minuten, gab es auf der Erde noch keine Menschen. Die Idee Menschsein ist also ziemlich jung und – wie wir sehen – noch nicht sehr ausgereift. Sie beträgt nur 0,0005% der Erdentwicklung. Es würde ihr kaum auffallen, wenn wir uns wieder verabschieden müssten, weil wir nicht lernen wollten, harmonisch mit ihr zu leben. Nehmen wir dafür doch mal ein ganz einfaches Beispiel:

Als Menschheit geht es uns so wie einem Achtjährigen, der die Idee hat, ein Baumhaus zu bauen, und weil er so unerfahren ist, baut er es

## Die Erde bebt

Die Erde ist sehr geduldig, aber irgendwann reicht es auch ihr, und an diesem Punkt sind wir jetzt. Sie bebt immer häufiger und heftiger, fast täglich irgendwo. Wann bebt ein Wesen? Wenn es wütend ist, wenn es aus der Haut fahren könnte. Beben vor Zorn, beben vor Erregung – diese Gefühle müssen wir genauer betrachten, wenn wir verstehen wollen, warum es immer mehr Erdbeben gibt. Wir brauchen nicht lange zu spekulieren: Die Erde ist ein Wesen wie du und ich, auch wenn sie andere Maße hat. Sie ist ein Wesen wie die Ameise, das Blatt am Baum oder ein Atom im Universum. Alle schwingen miteinander, und jede Schwingung bedeutet Entwicklung. Diese Entwicklungen verlaufen nicht gradlinig oder regelmäßig, sondern sprunghaft, dramatisch, exponentiell. Genau das erfahren wir zurzeit. Viele, viele Menschen leiden darunter.

Warum spüren wir nicht frühzeitig, dass sich eine dramatische Entwicklung anbahnt? Wir könnten reagieren, rechtzeitig die Häuser verlassen und uns vor der großen Tsunami-Welle auf die Höhe retten. Jedes große Ereignis wirft seine Schatten voraus. Die Messungen des globalen Magnetfeldes zeigten zum Beispiel bereits 15 Stunden vor dem terroristischen Anschlag am 11. September 2001 einen dramatisch hohen Ausschlag, so wie auch beim Tsunami 2005 im Indischen Ozean. Tiere scheinen solche Schwingungen viel früher zu spüren, und vor allem scheinen sie sie auch zu verstehen. Die allermeisten Tiere, die frei waren, konnten sich vor dem Tsunami retten. Nur wenige Menschen haben das Gespür der Tiere, halten sich aber für wertvoller.

Wir glauben, dass nur wir Menschen Gefühle hätten und alle anderen eher weniger bis keine. Warum eigentlich? Was erlaubt es uns, anderen ihre Gefühle und ihre Seele abzusprechen?

Dieses Verbrechen, diese Ignoranz oder diesen Fehler haben wir schon bei uns selbst begangen, indem wir unseren Zellen und unseren Organen und allen anderen Dingen ihr Seelenleben aberkannt haben. Damit haben wir uns vom Rest des Universums abgeschnitten. Das Universum aber ist voll von Seelenwesen, mit denen wir eine Einheit bilden, ein *Eins*. Wenn wir das missachten, entziehen wir uns die universelle Unterstützung für unsere Projekte. Wir verlieren unsere Konzentrationsfähigkeit, das heißt, wir verspielen eine hohe Qualität des Menschseins.

Wenn wir uns in die unendliche Gemeinschaft der Wesen harmonisch einordnen würden, hieße das nicht, dass dann die Erde nie wieder beben würde. Auch ein Kind, dessen Bedürfnisse Erwachsene erfüllen, wird dennoch hin und wieder mal schreien. Die Frage ist nur, müssen wir weiterhin mit der Erde so ignorant umgehen? Nein, wir könnten wesentlich feinfühlicher werden, zumindest so sensibel wie unsere Computer, die doch um ein Vielfaches größer sind als jede Ameise. Aber das klappt nicht, weil unser materialistisches Bewusstsein unsere Feinfühligkeit blockiert. Wir glauben, die Welt aus der Ratio heraus regieren zu müssen. Die Ratio jedoch ist begrenzt durch Raum und Zeit und kann daher nur ganz bestimmte und wichtige Aufgaben erfüllen. Das ganzheitliche Leben im Verbund mit allen Wesen kann die Ratio nicht erfassen. Dafür brauchen wir die Intuition.

Materialistisches Bewusstsein blockiert die Feinfühligkeit.

Leider werden intuitive Fähigkeiten von unserem Bildungssystem weder gefordert noch gefördert. Bildung vom Kindergarten bis zur Uni bemüht sich darum, aus dem Menschen ein ordentliches, berechenbares, vernünftiges, rationales Wesen zu machen. Intuition ist Privatsache. Davon dürfen Frauen etwas mehr besitzen als Männer. Gesellschaftlich spielt Intuition keine Rolle, obwohl wir alle auch eine rechte Gehirnhälfte besitzen. Wir entwickeln sie aber nicht. Jahrzehntlang schulen wir unsere linke Gehirnhälfte. Für die rechte, die Intuition, gibt es kein Curriculum. Vielleicht ist aber genau das die Message der Erdbeben? Mit der rechten Gehirnhälfte das intuitive und mit der linken das technische Frühwarnsystem entwickeln.

Intuition lernen wir am wirkungsvollsten durch Selbstheilung, denn sie funktioniert mit unserem materialistischen, rein rationalen Bewusstsein nicht. In Selbstheilungsprozessen spüren wir jeden Fortschritt körperlich oder erfahren Heilung durch eine glücklich machende Wirklichkeit, die wir uns selbst erschaffen. Wir lernen, durch unsere Intuition für jede Art von Problemen Lösungen herbeizuführen – sei es für ein Beziehungs-, Geld-, Arbeits- oder ein körperliches Problem, oder sei es die Fähigkeit, zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein, wie freie Tiere. Dafür brauchen wir hohe Flexibilität und Spürsinn und zwar bald und immer öfter.



## Was wird, vergeht

Alles, was entsteht und wieder vergeht, braucht eine Idee. Es sollten Ideen sein, die Vater Sonne und Mutter Erde gefallen und allen guttun. Viele solche Ideen gibt es schon, und auf die konzentrieren wir uns, wo immer wir können.

Viele dieser Ideen sind so groß, dass wir sie nicht zwischendurch, auch nicht während der Ferien oder im Urlaub, verwirklichen können. Manche Ideen sind sogar so groß, dass wir sie nicht einmal in einem Leben realisieren können. Zum Beispiel hatte vor ca. 800 Jahren die Bevölkerung von Straßburg, Chartres, Speyer und in vielen anderen Orten in Europa die Idee, ein großes Haus zu bauen – einen Dom. Die Leute, die diese Idee hatten, lebten zu jener Zeit in kleinen Hütten. Aber sie baten einen Architekten, mit ihrer Mithilfe die Idee von einem riesigen Gebäude zu verwirklichen, in dem sie alle gleichzeitig in einem Raum unter einem Dach Platz hätten und zusammen darin mit einem wunderbaren Echo singen könnten. Eine absolut gigantische Idee für die damalige Zeit.

Wer etwas länger darüber nachdachte, kam zu der Erkenntnis, dass alle, die mit der Realisierung dieser Idee beginnen würden, den fertigen Dom nicht erleben könnten – so gewaltig, so groß war die Idee. Das hielt die Menschen aber nicht davon ab, sie in Angriff zu nehmen – auch wenn kein Geld vorhanden war. Die Kirche, die heute solche Dome für ihre Zwecke innehat, hielt damals von diesen Ideen nichts und gab keinen Pfennig dafür. Die sogenannten kleinen Leute waren von ihrer Idee aber so begeistert, dass sie – zum Teil unter großen Opfern – allesamt mithalfen, dafür schwer zu arbeiten. An manchen dieser Dome haben fünf und mehr Generationen gearbeitet.

Würde man nur Ideen realisieren wollen, deren Fertigstellung man in einer einzigen Schaffensperiode erleben kann, würde nichts Besonderes entstehen. Wichtig bei einer Idee ist, dass sie so gut ist, dass sie auch von anderen unterstützt und beschützt wird. Es gibt Ideen – auch gute Ideen – für jedes Zeitmaß. Wichtig ist, dass man an seine Idee glaubt. Natürlich gibt es auch Ideen, die sich bei ihrer Umsetzung als

zu wenig durchdacht erweisen und die Schwierigkeiten aufwerfen, die man nicht berücksichtigt hatte. In solchen Fällen muss man es übers Herz bringen, die Idee fallen zu lassen, egal, wie viel Energie man schon in sie investiert hat.

Viele Ideen haben ihre Zeit: Manche dulden keinen Aufschub, für andere Ideen ist die Zeit noch nicht reif. Für den richtigen Zeitpunkt braucht es ein Gespür und danach entschlossenes Handeln. Das Wichtigste bei jeder Idee ist die Motivation: Wofür will ich diese eine bestimmte Idee verwirklichen? Wem soll sie nützen? Verträgt sie sich mit Mama Erde und Papa Sonne? Ideen, die unseren kosmischen Eltern zuwiderlaufen, sollte man gleich aufgeben. Hingegen sollten Ideen, die Vater Sonne und Mutter Erde guttun und ihren Reichtum nutzen, ohne ihnen zu schaden, mit voller Kraft angegangen werden. Denn solche Ideen sind immer gut und richtig. Für solche Ideen lohnt es sich zu arbeiten, auch dann, wenn man ihre Fertigstellung nicht miterleben kann. Wer die Kraft hat, mit solchen Ideen zu beginnen, findet auch Nachfolger, die diese Idee vervollkommen.

Wenn immer mehr Kinder, Jugendliche und Erwachsene ihr Leben für Vater Sonne und Mutter Erde einsetzen, wird sich dies auf die gesamte Menschheit positiv auswirken – und damit auf Natur, Tiere und Pflanzen, auf das Klima, den Wasserhaushalt, einfach auf das ganze Leben.

### Welche Ideen realisieren wir?

Wie ist das mit dem erwähnten Baumhaus? Wer diese Idee nicht gleich wieder aufgibt, sondern wirklich an sie glaubt, muss anfangen, diese Idee zu verdichten, das heißt, man wälzt sie in seinem Kopf hin und her, beschäftigt sich sehr oft damit, konzentriert sich wirklich auf sie, und so bekommt die Idee allmählich eine Form.

Mit der Zeit wird klar, was da alles zum Bau eines Baumhauses gehört. Zunächst muss man einen Baum finden, in dem das Haus stehen soll. Und nach und nach merkt man, wie viel Entscheidungskraft man braucht, um daraus etwas Wahres zu machen, etwas, das sich anfassen lässt, in das man sich hineinsetzen kann und das nicht sofort wieder zusammenfällt, vergeht und ein vorzeitiges Ende findet.

Mit solchen Vorgängen, bei denen aus Geist Materie wird, haben wir ständig zu tun. Man nennt es Schöpferkraft, wofür wir meist den Begriff *Kreativität* verwenden (lat. *creare*). Leute, die kreativ sind, machen aus Geist Materie, die sich dann irgendwann wieder auflöst. Die meisten sind aber nur an der Entstehung der Materie interessiert. Für den Zerfall ihrer Schöpfung interessieren sie sich meist nicht. Sie hoffen, dass ihr Werk ewig bestehen bleibt, doch das tut es nicht. Sie selbst aber warten das nicht ab. Sie gehen von Schöpfungsprozess zu Schöpfungsprozess, bei denen ihre Ideen zu immer neuen Formen werden. Die meisten sind traurig, wenn die Form, die sie erschaffen haben, die sie lieben und an die sie sich gewöhnt haben, zu Bruch geht, sich auflöst, stirbt. Das vertragen sie nicht.

Kreativität macht aus  
Geist Materie.

Doch daran sollten wir uns gewöhnen, denn das ist ein Prinzip unseres Universums. Nach diesem Prinzip vergeht auch unser Körper. Wir nennen es den Tod. Für die meisten von uns ist Tod etwas Schlimmes, denn wir identifizieren uns nur mit dem Werden, nicht mit dem Vergehen. Wir sind fixiert auf die Materie, den Körper. Würden wir uns mit unserer Idee, dem Geist identifizieren, wäre es nicht schlimm, dass alles, was wird, auch wieder vergeht, denn die Ideen, bzw. der Geist, bleibt bestehen.

Wir könnten uns darüber sogar freuen, dass alles vergeht, denn es wäre ja schrecklich, wenn alles, was wird, auch bliebe. Stellen Sie sich nur einmal vor, die Pflanzen würden nicht verwelken und absterben. Jede Pflanze, jeder Baum – alles würde ewig halten. Die Welt wäre bald voll, und alles würde sich über- und untereinander auftürmen. Alles würde ersticken. Wenn Menschen und Tiere nicht sterben würden – es wäre unerträglich. Solche Massen an Tier- und Menschenkörpern würden sich gegenseitig zerquetschen.

Also, wir können sehr froh sein, dass alles, was wird, auch wieder vergeht. *Darüber können wir wirklich sehr froh sein.* Und wir können genauso froh darüber sein, dass die Ideen nicht vergehen. Egal wie viele Ideen es sind, sie können alle gleichzeitig und so lange bestehen bleiben, wie sie und wir wollen. Wir müssen nur genau darauf achten, welchen Ideen wir Form geben und wie lange wir wollen, dass die Form halten soll. Wenn alles, was Form hat, zu seiner Entstehung eine ent-

sprechende Idee braucht, dann müssen wir selbst ebenfalls aus einer Idee hervorgegangen sein, denn wir haben eine Form, den Körper.

## Vision

Wenn die Idee die Ursache für eine Form ist, was ist dann die Ursache für die Idee? Auch wenn wir die Idee irgendwo aufgeschnappt haben oder uns selbst zusammenreimten, so muss doch auch sie in diesem Universum eine Ursache haben, aus der sie hervorgegangen ist. Denn in diesem Universum richtet sich alles nach dem Gesetz von Ursache und Wirkung. Was ist also die Ursache einer Idee? Das Verblüffende an der Ursache einer Idee liegt nicht in der Vergangenheit, sondern in der Zukunft! Wie bitte? Ja, was unglaublich klingt, ist deshalb möglich, weil der Geist, solange er keine Form angenommen hat, auch nicht an Zeit gebunden ist. Ideen sind Geist – und Geist ist frei von Raum und Zeit. Deshalb können Ideen ihre Ursache in der Zukunft haben. Wenn wir beispielsweise dieses Baumhaus bauen wollen, ist die Ursache für diese Idee eben genau ein solches Baumhaus, wie es in der Zukunft mal bestehen könnte.

Damit sich diese Idee verwirklichen kann, muss sie verdichtet werden. Das heißt: Man muss sich ganz stark auf sie konzentrieren, sich genau überlegen und vorstellen, wie viele Bretter benötigt werden, oder wie lang und stark die Bretter sein müssen. Was ist noch erforderlich, um die Bretter zusammenzuhalten? Wie fange ich mit dem Bau an? Wer hilft mir? – und so weiter und so fort. Es braucht also wirklich viel Konzentrationskraft, viel Arbeit am Detail, aber all das ist nicht die Ursache für die Idee Baumhaus. Alle diese Fragen dienen der Formgebung – wie aus der Idee Wirklichkeit wird. Die Ursache für die Idee Baumhaus ist etwas ganz Einfaches – ein Bild, und zwar das Bild eines fertigen Baumhauses. Es ist die *Vision* eines Baumhauses. Und woher kommt die Vision?

Diese Frage beantworten Sie sich am besten selbst. Das Geheimnis der Antwort liegt in den beiden Ebenen, die unserem Denken zugrunde liegen. Der Mensch und alle größeren Tiere besitzen ein Gehirn mit zwei Hälften. Die eine Hälfte dient der Ratio, die andere Hälfte der bereits erwähnten Intuition.

## Intuition

Damit eine Idee zur Form werden kann, muss sie in die Hemisphäre des dreidimensionalen Raumes und in die lineare Zeit mit Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft eintauchen. Die Intuition braucht das nicht. Die rechte Gehirnhälfte kann denken, ohne an die Barrieren von Raum und Zeit gebunden zu sein. Deshalb ist es mit ihr möglich, Visionen aus der Zukunft zu nehmen. Um diese Zusammenhänge zu verstehen, darf man in seinem Denken nicht allein auf die Ratio beschränkt sein oder die Ratio so viel hochwertiger ansehen als die Intuition.

Aus anderen Kulturen kennen wir das Ritual der Visionsuche. Sie hat mit Ratio nichts zu tun. Eine Vision entsteht absichtslos. Sie taucht auf, wenn ich passiv bin und meinem Geist einfach zuschauen. Da ist plötzlich eine Vision von irgendwas, und aus dieser Vision, wenn ich sie festhalte und mir ihr Bild bewusst mache, kann sich eine Idee entwickeln. Zum Beispiel die Idee eines Doms, obwohl man noch nie einen Dom gesehen hat und es vielleicht der erste Dom in der Geschichte des eigenen Denkens ist, aber es entsteht ein Bild von ihm. Ein Bild aus der Zukunft.

Auf der quantenphysikalischen Ebene sind die Koordinaten einer Handlung, eines Ereignisses (einer Idee) im Universum »verschmiert«. Es gibt also gar nicht die Möglichkeit zu sagen, dass dies und jenes genau an diesem Ort, genau zu diesem Zeitpunkt passiert. Diese Festlegung (Gesetz) kann nur auf der linearen Dezimal-Ebene geschehen. Quantenphysikalisch ist das, was unter Umständen auf der linearen Zeitebene erst in 1000 Jahren erscheint oder vor 1000 Jahren bestanden hat, auch im Jetzt. Um dies erfahren zu können, haben wir in unserem Menschsein eine zweite Gehirnhälfte entwickelt. Leider sind wir uns dieser Möglichkeit kaum bewusst und tragen sie nur spazieren, ohne sie zu trainieren.

Doch die Ressource *Intuition* ist viel zu wertvoll, als dass man sie verkümmern lassen könnte. Dafür müssen wir die Ratio keineswegs aufgeben. Kinder beispielsweise entwickeln ihre Ratio, ohne ihre Intuition zu verleugnen. Machen wir uns also daran, (wieder) ganzheitlich denkende Menschen zu werden, die in der Lage sind, aus ihrer Intuition zu schöpfen. Denn damit kommen wir an die Quelle unserer

Ideen, und somit schließt sich der Kreis. Das, was wir aus einer Idee mit der Ratio erschaffen wollen, dient als Ursache dieser Idee. Und wie setzen wir diese Philosophie nun um?

Ganzheitliches Denken lässt sich in jedem Moment des Lebens anwenden. Selbst wenn ich nur einen Nagel einschlagen möchte, vergegenwärtige ich mir in einem Bruchteil einer Nanosekunde vor der Handlung die Vision des optimalen Nagel-Einschlagens, und damit wird es auch so. Diesen Vorgang bringen übrigens alle Mentaltrainer ihren Schützlingen bei. Sportler zum Beispiel visualisieren vor dem Start ihren Sieg und konkretisieren sich diese Vision bis ins kleinste Detail. Auf diese Weise kann sich der Erfolg tatsächlich zuverlässiger einstellen.

Inzwischen haben Sie nun eine Vorstellung davon, woher die Ideen kommen, aus denen all das, was im Universum existiert, hervorgeht. Wir wissen also: Das Ziel der Idee bildet als Vision die Ursache für die Idee. Mit dem Baumhaus-Beispiel ausgedrückt: Die Ursache für das Baumhaus ist die Vision vom Baumhaus. Es ist so, als ob Ihr Geist das Ziel Ihrer Idee anzapft, um eine entsprechende Idee zu entwickeln, die dann zum Baumhaus wird. Die Idee saugt also gemäß rationalem Raum und Zeit-Struktur von der Zukunft und nicht von der Vergangenheit. Die Idee entzündet sich an dem, was sie erreichen will, und dafür muss die Idee so lange »verdichtet« werden, bis sie eine Form hat, die jedoch dem Zwang zur Vergänglichkeit unterliegt. Eine runde Sache. Sie wird nur dann kompliziert, wenn wir die Kriterien der Ratio und die der Intuition vermischen. Diese äußerst unterschiedlichen Denkbereiche und Denkmöglichkeiten sind für *Mental Healing* sehr wichtig.

Ideen sind Visionen aus der Zukunft.

### Visionssuche braucht ein Motiv

Wir müssen also eine Idee nach ihrem Ziel beurteilen. Weshalb kommt es aber überhaupt bei jemandem zu der Vision *Baumhaus*? Dafür muss es einen individuellen Grund geben. Vielleicht ist es der Wunsch nach einem sicheren Ort, an dem man sich verstecken kann. Ein solcher Wunsch hätte dann natürlich mit einer persönlichen Lebenserfahrung

zu tun. Je nachdem, wie wichtig für jemanden die Möglichkeit ist, sich verstecken zu können, so groß ist seine Motivation, der Idee Baumhaus eine Form zu geben.

Da jede Motivation einer persönlichen Erfahrung bedarf, lässt sich zum Beispiel vorstellen, dass man einer Aggression schutzlos ausgeliefert war. Irgendwann hat sich diese Sehnsucht nach einem sicheren Platz wieder gemeldet und wurde so stark, dass sie die Verwirklichung sucht. Also denkt der Mensch darüber nach, wie diese Verwirklichung wohl aussehen könnte, und dabei fällt ihm ein Baum auf ... der Rest, bis die Idee für das Baumhaus so weit gediehen ist, dass man sich darin alleine oder mit anderen aufhalten und eventuell Schutz finden kann, ist bereits gesagt.

Das Baumhaus wird allerdings nicht besser sein als die Idee. Wenn die Idee schon wackelig war, dann wird es das Baumhaus auch sein. Hat jedoch die Idee das Ziel, dass das Baumhaus sehr stabil sein möge und mindestens so viele Menschen trägt, wie hineinpassen, und dass ihm Sturm, Regen und Schnee nichts anhaben können, dann wird die Form des Baumhauses auch entsprechend ausfallen. Sie werden gar nichts anderes bauen können, als Ihre Idee Ihnen vorgibt. Alle diese fast banalen Erkenntnisse sind im übertragenen Sinn bei der Methode des *Mental Healing* anzuwenden, wo sie zu einer echten Herausforderung werden, weil die Medizin diese geistigen banalen Zusammenhänge nicht berücksichtigt.

Aus so vielem, was wir träumen oder denken, wird jedoch meist keine Form und bleibt einfach nur eine Idee. Wir haben viele, wirklich viele Ideen, von dem, was alles sein könnte und was alles zu machen wäre, aber nur einige wenige Ideen verwirklichen wir. Wir haben einfach nicht die Zeit und auch nicht die Kraft, um jede gute Idee in die Tat umzusetzen.

Ideen wie Pferdereiten, Fußballspielen, Zeichnen, Fahrradfahren erhalten eine Form, indem wir sie tun. Die Form hält eine Weile, dann zeichnen, tun oder spielen wir wieder was Neues. Die neue Idee ist dann vielleicht die gleiche Idee, aber das, was diesmal aus ihr wird, ist eine neue, eine andere Form als die zuvor erschaffene. Das, was aus der gleichen Idee entsteht, ist nie dasselbe. Die Ideen bleiben, die Formen

vergehen. So ist das auch mit unseren Körpern – denn auch dem Körper ging eine Idee voraus.

Wenn wir uns umschauen, sehen wir mitunter schon sehr alte Körper, die bald vergehen werden. Doch der Geist, die Ideen, die in diesen Körpern wohnen, vergehen nicht. Sie finden, wenn die alte Form nicht mehr da ist, wieder eine neue. Das heißt, es stirbt immer nur die *Form* – das Stoffliche. Der Geist jedoch kann niemals sterben oder vergehen – er hat keine Substanz. Geist gibt es schon immer ohne Anfang und deshalb auch ohne Ende. Nur die Form hat einen Anfang und damit auch ein Ende. Doch trotz dieses Zusammenhangs zwischen der geistigen Ursache und der materiellen Auswirkung richtet sich unser Augenmerk meist nur auf die Form. An der Form, das heißt, an der Materie arbeiten wir uns ab. Wir leben in einer sehr materialistischen Zeit. Es zählt nur das, was wir sehen, wiegen, messen und berechnen können, also die Form oder die mechanische, biochemische Erscheinung. Alles andere wird als Spekulation verworfen. Dabei liegt in den geistigen Faktoren bereits das Resultat der Materialisierung vor.

Das Wesen bleibt,  
seine Form wechselt.



## Erklärungsmodelle sind keine Wahrheiten

Das, was wir in unserem Weltbild auf ganz kindliche Weise als das Feste, das Verlässliche, Solide und wissenschaftlich Erfassbare und damit als *Materie* bezeichnen, kann man bei näherer Betrachtung höchstens ein Gefüge nennen. Je genauer man sich das Atommodell anschaut, desto mehr verschwimmt es. Dennoch ist es heute noch das populärste Modell für die Wirklichkeit. Für viele Wissenschaftler dient es als strukturgebendes Raster. Chemiker können mit dem Atommodell viele wunderbare und viele grauenhafte Dinge herstellen.

Es gibt aber viele andere Bereiche, die man mit dem Atommodell nicht entwickeln und bearbeiten kann. Für die Fusionstechnologie zum Beispiel braucht man das Quantenmodell, und selbst dieses Modell ist teilweise schon wieder überholt und wurde vom String- und Quarkmodell abgelöst. Die Halbwertszeit eines Erklärungsmodells für das Leben wird immer kürzer. Das liegt daran, dass die Zeit immer schneller rast – oder anders ausgedrückt: die Ereignisdichte immer höher wird. Früher hielt ein Erklärungsmodell schon mal 1000 Jahre. Das Quantenmodell wurde vor ca. 100 Jahren er-/gefunden. Heute werden Erklärungsmodelle schon nach 10 Jahren wieder aus den Angeln gehoben. Diese Sprünge sind nicht weniger dramatisch als der Übergang vom Erdmodell Scheibe zum Erdmodell Kugel. Jeder Wissenschaftler, Chemiker, Physiker, Ingenieur, Arzt, Heilpraktiker, Psychotherapeut, Schamane und so weiter ist genötigt, für sich zu entscheiden, auf welchem Erklärungsmodell er seine Arbeit aufbauen will. Und dann muss er zu diesem Erklärungsmodell stehen, sonst bekommt er nichts zustande, das heißt keine Struktur in seine Formgebung.

Die Fülle der zur Verfügung stehenden Weltanschauungen (Erklärungsmodelle) nimmt in einem rasanten Tempo zu, so wie die Kommunikation. Wenn man früher auf eine Botschaft per Post liebend gern vier Wochen gewartet hat und dann bei Gelegenheit wieder zurückschrieb, bis man sich irgendwann mal traf, um die Angelegenheit zu klären, wird man heute nervös, wenn die Botschaft per Internet und E-Mail nicht in Minuten ankommt und sich nicht augenblicklich über

die ganze Welt verbreiten lässt. Der Anspruch, in kürzester Zeit Bilder von Ereignissen auf der anderen Seite der Erdkugel zu sehen, ist heute normal. Das Update von Software, die Weiterentwicklung von Kommunikationstools haben eine Geschwindigkeit erreicht, die einen in Atem hält und das Gefühl vermittelt, der Entwicklung permanent hinterherzuhecheln – und das Rennen nicht gewinnen zu können.

Trotz dieser hohen Ereignisdichte herrscht das materialistische Menschenbild in unseren Köpfen dauerhaft vor. Selbst wenn wir uns bewusst machen, dass wir nach dem Atom- oder Quantenmodell keine materiellen Wesen sein können, verhalten wir uns trotzdem so. Wer aber könnte uns davon überzeugen, dass es ein anderes Menschenbild als das materialistische geben könnte? Werfen wir dafür einen Blick auf die Neurobiologie.

### **Wahrnehmung hat keine Objektivität**

Neurobiologie und Gehirnforschung können einwandfrei belegen, dass unser Gehirn dazu da ist, uns unsere eigene Wirklichkeit zu erschaffen. Normalerweise – so wurde es uns bisher vermittelt – war man der Meinung, die Wirklichkeit bestehe unabhängig vom Gehirn. Das Gehirn verwende unsere fünf Sinne dazu, Wirklichkeit wahrzunehmen und sei nicht dazu da, sie zu erschaffen. Die neue noch ungeübte Auffassung hieße nun: Da zu unserer Wirklichkeit völlig eindeutig auch unsere Krankheiten und unsere Gesundheit gehören, erschaffen wir mit unserem Gehirn auch unsere Krankheiten und unsere Gesundheit. Eine schockierende Vorstellung, die uns die Neurobiologie vermittelt. Da könnte man auf die Idee kommen, man wäre an seinen Krankheiten selbst schuld. Das aber ist keine schöne, und vor allem keine hilfreiche Vorstellung. Denn es geht bei Krankheiten nie um Schuld, sondern immer nur um Entwicklung.

Achten wir noch stärker darauf, was uns die Gehirnforscher sagen, dann scheint ihre These – oder ist es eigentlich schon eine Erkenntnis? – zu stimmen. Denn misst man mit einem EEG (Elektroenzephalogramm) die Gehirnaktivität während einer Wahrnehmung, kann man feststellen, dass bei jeder Wahrnehmung die Zentren für die Sinnes-

organe Sehen, Hören, Tasten, Fühlen und Schmecken insgesamt (!) daran nur maximal zu 9% beteiligt sind! Das heißt: Über 90% der Gehirnaktivität ist bei der Wahrnehmung der Wirklichkeit mit sich selbst beschäftigt. (Auf dieses Phänomen bin ich ausführlicher in meinem Buch *HEILUNG – das Wunder in uns*, S. 164 ff., eingegangen.)

Das Verständnis für das, was ich sehe, höre, rieche und so weiter kreierte ich also in meinem Gehirn und benutze meine Sinnesorgane lediglich zur Bestätigung dessen, was ich meine, wahrzunehmen. Deshalb kann es keine objektive Wahrnehmung geben, wie wir in unserer Weltanschauung glauben. Es ist alles eine Frage der Interpretation. Eine tief greifende Erkenntnis, die uns nicht nur über das ganze Buch hinweg beschäftigen und herausfordern wird, sondern lebenslang und vor allem in Punkto Gesundheit.

Das materialistische Weltbild geht stets von einer objektiv bestehenden Wirklichkeit aus. Die Vorstellung, dass diese Wirklichkeit erst durch die eigene Interpretation und die eigenen Glaubenssätze zustande kommt, ist in der heutigen Zeit schwer zu akzeptieren. Aber machen wir uns den Unterschied doch mal an einem ganz profanen Beispiel klar, indem wir ein Gemälde geistig und materiell betrachten:

Die *äußere* Betrachtung eines Gemäldes registriert die materiellen Faktoren, wie zum Beispiel: Wie viel Gramm oder wie viel Kilo Farbe wurde für das Bild verbraucht? Um welche Art von Farbe handelt es sich, Öl?, Acryl? Tempera? etc. Wie wurden die einzelnen Farben quantitativ verteilt? Wie viel Arbeitsstunden wurden für das Bild eingesetzt? Mit welchen Werkzeugen wurde gearbeitet? Und so weiter.

Die *innere* Wahrnehmung eines Gemäldes stellt hingegen ganz andere Fragen: Welches Gefühl vermittelt mir das Bild? Welche Geschichte möchte der Künstler mir erzählen? Was hat den Künstler dazu bewogen, dieses Bild zu malen? Welche Erfahrung hat er mit dem Bild verarbeitet oder zum Ausdruck bringen wollen? etc. Durch diese innere Betrachtung erschließt sich das Bild von seiner inhaltlichen Seite. Mit der materialistischen Betrachtung erschließt sich die Oberfläche und das Äußere eines Bildes. Weder ist die eine mit der anderen Betrachtung zu vergleichen, noch ist die eine Betrachtung falsch oder die andere richtig – beide können in sich richtig oder falsch sein. So ist das eben auch mit Ratio und Intuition.

Bei der materialistischen Betrachtung lassen sich Maßstäbe einsetzen, die sehr präzise den Zustand beschreiben: Gewichtsmaße, Längenmaße, Farbskalen, Materialkunde, Zeitmessung etc. Bei der inneren Betrachtung richtet sich die Präzision nach der Authentizität und der rein subjektiven Befindlichkeit: nach Erlebnissen, Schmerzen, Freuden, Leid, Liebe und so weiter.

Solche Kriterien sind der materialistischen Betrachtungsweise viel zu schwammig und ungenau. Natürlich sehen Materialisten (hin und wieder) in dem Bild auch die emotionale Seite, aber es verunsichert sie. Frauen haben diesbezüglich im Allgemeinen weniger Probleme als Männer. Männer erfahren eine Erziehung, die noch stärker als bei Frauen auf das materialistische Weltbild ausgerichtet ist. Deshalb ist es für Männer schwieriger als für Frauen, sich auf Gefühle einzulassen und dabei zu einer Bewertung zu kommen. Die Angst ist zu groß, dass dann plötzlich das harte Image des Männlichen einbrechen könnte, das seit Jahrtausenden gepflegt wird.

Ratio ist genau,  
Intuition ist anders.

Seit der europäischen Aufklärung ist es den geistigen Führern gelungen, zu vermitteln, dass Ungenauigkeit Verächtlichkeit erfährt und als minderwertig gilt. Insofern ist es für unser Zeitalter ganz selbstverständlich, dass die Führung (die Macht) den materialistischen Blick innehat. Das geistige, gefühlte, innere Sein existiert zwar, wird aber nicht geachtet, nicht entwickelt und schon gar nicht als Führungskriterium in Betracht gezogen. Dabei macht ein Bild erst Sinn, wenn man es von seiner inneren, intuitiven Seite zu sehen versteht.

### Subjektive Wahrheit ist die einzige Wahrheit

Wenn schon die fünf Sinne zu weniger als 10% an der Wahrnehmung beteiligt sind, dann kann es eine objektiv existierende Wahrheit auf keinen Fall geben. Wenn über 90% bei jeder Art von Wahrnehmung durch Vorurteile, Glaubenssätze, Gewohnheiten etc. zustande kommen, kann es sich bei allem, was jemand als Wahrheit bezeichnet, immer nur um seine eigene subjektive Wahrheit handeln. Kritiker mögen einwenden: »Das kann nicht sein, denn schließlich gibt es Laborwerte und

*andere Diagnoseverfahren, die einen objektiven Befund hergeben. Was, bitte, ist daran subjektiv?»*

Antwort: Erstens können Messwerte nur das beurteilen, wofür ihre Parameter eingerichtet sind. Parameter, die nicht ins Weltbild passen, gibt es nicht. Wenn die tatsächliche Erfahrung die eingerichteten Parameter nicht bedient, dann hat man – so die wissenschaftliche Meinung – »Glück« gehabt oder »Gott war einem gnädig«. Anders ausgedrückt, solche Erfahrungen werden beiseite geschoben. Zweitens: Es handelt sich um eine kollektive Übereinkunft bzw. um eine gesellschaftliche Imagination, was als höchste Wahrheit angenommen wird und was nicht. Um in Europa unseren heute noch gültigen Wahrheitsbegriff durchzusetzen, bedurfte es der Aufklärung, die sich auf Galileo Galilei, Francis Bacon und vor allem auf Descartes beruft. Diese Forscher und Denker haben dafür gesorgt, dass als wahr nur das gilt, was gemessen, gewogen, gesehen und gehört werden kann, aber nicht das, was gefühlt wird; denn dies wäre eine unkontrollierbare Fehlerquelle für das Bemühen, eine überprüfbare Wahrheit zu finden.

Mit der Aufklärung hat man im Pendelschlag zur mittelalterlichen Mystik das Kind mit dem Bade ausgeschüttet und die Intuition gleich miteliminiert. Albert Einstein vollzog in der Weiterentwicklung dieser Weltanschauung dasselbe mit dem Kosmos und eliminierte aus ihm den Äther. Am Ende seines Lebens hat er dies zwar als Fehler bereut, aber davon hat sich die Physik nicht irritieren lassen und beruft sich weiterhin auf das, was er zuvor gesagt hat. Erst die neue Physik hat das Weltbild von einer objektiven Wirklichkeit in Frage gestellt, wozu auch mein Onkel Werner Heisenberg mit seiner Unschärferelation beigetragen hat, die besagt, dass der Betrachter durch das Betrachten das Betrachtete verändert.

Damit geht der Pendelschlag wieder zurück, und ich hoffe, nicht wieder ins andere Extrem, wie es bei vielen Esoterik-Ansätzen zum Ausdruck kommt, sondern dass eine Mitte gefunden wird. Die Mitte bedeutet ein *ganzheitliches Weltbild*, in dem beide Wahrnehmungsweisen repräsentiert sind – Ratio und Intuition. Beide Wahrnehmungsweisen bieten unermessliche Gestaltungsmöglichkeiten; nicht gleichwertig nebeneinander, sondern in einer Hierarchie des Seins. Wenn die Intuition führt und die Ratio ausführt, können wir ganzheitlich leben.

## Geist oder Materie?

Anders gefragt, gemäß dem Gesetz von Ursache und Wirkung: Ist Geist die Ursache von Materie oder Materie die Ursache von Geist? Viele Menschen sind der Meinung, Materie bräuchte keine Ursache, sie bestünde einfach aus sich selbst heraus ohne Ursache. Das kann es in diesem Universum natürlich nicht geben, trotzdem ist diese Auffassung weit verbreitet. Sie bildet den Kern des Materialismus, dem auch die Medizin hörig ist, und prägt damit auch unseren üblichen Begriff von Heilung.

Materie, die sozusagen aus sich selbst entstanden ist, wie wir dies mit der Geschichte vom Urknall glauben sollen, würde heißen, dass der Stuhl, auf dem ich sitze, oder das Bett, auf dem ich liege, aus sich selbst heraus ohne Ursache entstanden ist. Nicht möglich. Nicht mal vorstellbar. Wer das für möglich hält, muss daran glauben, dass irgendwann einmal ein Bett oder ein Stuhl vom Himmel gefallen ist. Einfach so, schwupp, da ist der Stuhl. Ich denke, Sie werden mir zustimmen, dass es niemals einen Stuhl geben würde, wenn nicht irgendjemand die Idee *Stuhl* gehabt hätte. Ohne die Idee Stuhl wäre niemals in diesem Universum ein Stuhl entstanden. Und genauso ist es mit dem Bett, mit dem Baum, dem Haus, der Erde, dem Sonnensystem und so weiter. Für alles bedurfte es eines geistigen Impulses oder einer Idee zu ihrer Entstehung, bevor eine Materialisierung möglich wurde. Ohne einen geistigen Impuls entsteht nichts, aber auch nicht das Kleinste oder Größte.

Die Bibel sagt: *Am Anfang war das Wort*. Sie sagt nicht: Am Anfang war Materie. Das sagt übrigens auch keine einzige alte Philosophie oder irgendeine andere Religion. Schon in den hinduistischen Lehren der Bhagavad Gita, den buddhistischen Sutren sowie im Koran steht wie in der Bibel: *Am Anfang ist Geist*. Am Anfang ist Geist. Im Original der Bibel heißt es: *Am Anfang war Logos*. Martin Luther hätte Logos auch mit Geist übersetzen können, er wollte aber eine volkstümliche Bibel schreiben und übersetzte deshalb Logos mit *Wort*. Auf jeden Fall bildet Materie nicht den Anfang.

Diese Hierarchie des Seins lässt sich ganz nüchtern auch aus der Chronologie der Erscheinung ableiten: Was war zuerst? Raum und

Zeit oder Geist? Raum und Zeit sind immer ein endliches Gebilde, der Geist nicht. Geist ist ohne Anfang und ohne Ende. Also muss schon aus diesem ganz simplen Grund der Geist vor Raum und Zeit in diesem Universum vorhanden gewesen sein, und das nicht nur evolutionär betrachtet, sondern auch in jedem Moment. Jedem Prozess, der innerhalb von Raum und Zeit vonstatten geht, geht ein geistiger Akt voraus. Diese philosophischen Grundsatz-Überlegungen sind wichtig auch für das Verständnis, wie wir auf geistige Weise Materie, sprich auch den Körper verändern können.

### Information wirkt körperlich

Der entscheidende Bewusstseinschritt für jeden Selbstheilungsprozess führt vom materialistischen zum geistig-seelischen Menschenbild (siehe S. 58 f.). Es gibt unendlich viele Wege, diese Schritte zu vollziehen, von sehr kompliziert bis sehr einfach. Ein Beispiel:

Eine Frau – nennen wir sie Brigitte – ist vollständig gesund. Sie hat gut gegessen, die Sonne scheint, und sie ist bester Laune. Das Telefon klingelt. Aus einem Telefon kommt nichts anderes als Information, keinerlei materieller Input, auch keine Strahlen, Frequenzen oder sonst eine physische Beeinflussung. Sehen wir jetzt einmal von der möglichen Strahlenbelastung eines Handys ab und stellen uns ein ganz normales, altes Telefon vor, aus dem nichts anderes als Information kommen kann. Es genügen nun drei Worte, und diese gerade eben noch vollständig gesunde Frau ist körperlich ruiniert, weil sie die Worte hört: »Sie sind entlassen.«

Nach 10 Minuten ist es ihr übel. Als biochemisches Wesen hat sie dafür keinen Grund, denn sie hat nichts Schlechtes gegessen. Auch als mechanisches Wesen darf es ihr nicht schlecht sein, denn niemand hat ihr in den Magen geschlagen. Dennoch muss sich Brigitte hinlegen. Am nächsten Tag geht es ihr noch immer nicht gut, man ruft den Arzt, und dieser stellt tatsächlich ein Symptom fest. Er verschreibt ein magenkrampflösendes Mittel und etwas zur Neutralisierung ihres Säureüberschusses. Brigitte nimmt die Mittel wie verordnet, dennoch bleiben die Schmerzen. Beim zweiten Arzt-Besuch sind die Symptome so

eindeutig, dass der Arzt sie in eine Klinik einweisen kann/muss. In der Klinik erhält sie eine Bauchspiegelung und wird mit Ultraschall untersucht. Das Symptom wird als etwas »Altes« diagnostiziert, und damit kann die Patientin sofort operiert werden. Brigitte übernimmt mit ihrer Unterschrift das Risiko für die OP. Damit trägt sie allein die Verantwortung für ihre Gesundheit. Der Arzt übernimmt keinerlei Gewähr für eine Heilung.

Diese Magenoperation setzt ihr für den Rest ihres Lebens ein Handicap, das vollkommen unnötig ist, würde man in der Medizin ursachenbezogen denken. Diese Frau bräuchte statt einer OP lediglich eine Information, um vermutlich in Sekunden wieder vollkommen fit zu sein. Zum Beispiel die Information: »Sie sind wieder eingestellt« oder noch besser: »Die Kündigung war ein Versehen, die Firmenleitung entschuldigt sich bei Ihnen, die Blumen sind schon unterwegs. Es handelte sich lediglich um einen Computerfehler, wir wollten Sie niemals entlassen. Sie sind eine unserer besten Mitarbeiterinnen.«

### Der Geist ist Chef

Wer in seinem Bewusstsein die Hierarchie des Seins herstellt und den Geist zum Chef seines Lebens macht und deshalb seinem Körper kein eigenständiges Verhalten zuspricht, sondern ihn als Ausdruck, Form oder Manifestation seiner seelischen Zustände betrachtet, der hätte sein Bauchweh nach der Kündigung sofort als eine Reaktion auf die geistig-seelische Kränkung durch eine Information erkannt. Geholfen hätte ihm dann beispielsweise die mentale Heilarbeit durch *Seelenschreiben*, die auf Seite 88 ff. erklärt wird. Wann sind wir bereit, unsere Gesundheit auf diese Weise wiederherzustellen? Es gelingt jedenfalls nicht, wenn wir unsere grundsätzlichen Zweifel an der Wirksamkeit von Informationen nicht überwinden können und dem Körper ein eigenständiges Leben zuweisen.

Aus welchem Erklärungsmodell lässt sich diese Hierarchie ableiten? Der Geist, so wie ich diesen Begriff verwende, meint weit mehr als Gehirnaktivität. Geist ist in jedem Atom. Dieses Atommodell können wir auf das gesamte Universum anwenden. Ein Meteorit, der aus einer



anderen Galaxie kommt und bei uns einschlägt, oder das Material vom Mond oder vom Mars – auf alles können wir dieselbe Atomstruktur mit ihren Elementarteilchen und dem sogenannten Vakuum anwenden, wie wir dies auf der Erde tun.

Deshalb kann man den Geist auch als den Großen Geist bezeichnen. Geist als Synonym für die Intelligenz des Universums. Viele nennen es *Gott*. Für andere ist es *Chi* und für wieder andere ist es *Allah* oder die *Buddha-Natur*. Dieser Geist ist allgegenwärtig, allumfassend. Ein Bild für ihn wäre der Ozean, in dessen Mitte wir uns befinden. Die Seele ist dann eine Tasse Wasser aus dem Ozean, sozusagen der individualisierte Geist: Die Tasse symbolisiert den Körper als das Gefäß für die Seele oder als materialisierten Ausdruck der Seele. Das Wasser in der Tasse ist Ozeanwasser und bleibt Ozeanwasser (siehe S. 307 f.). Das heißt: Die Seele ist auch der Große Geist.

### Die Hierarchie: Geist, Seele, Körper

Geist, Seele und Körper gilt für alle Sachkörper, für jeden Grashalm, für jeden Computer. Auch sie lassen sich in Geist, Seele, Körper (Materie) gliedern. Der Fokus definiert, was zum Individuum erklärt wird. Die Tasse mit ihrem Inhalt kann alles sein: Sie oder ein anderer Mensch, ein Volk, ein Tier, eine Herde, ein Stein, ein Wald, Wasser, Feuer, Luft – alles. Den durch den Körper individualisierten Geist nenne ich *Seele*. Die Seele besteht aus Ozeanwasser, Teil des Großen Geistes, separiert, individualisiert. Als seelisches Wesen sind Sie demnach Teil des Universums oder Gott, also sind Sie ein göttliches Wesen. Wir alle sind es, und deshalb sind wir nicht getrennt von dem alles umfassenden Geist, auch dann nicht, wenn wir uns allein fühlen. Allein heißt nämlich, wir sind mit dem *All ein*, also allein.

Wie können wir in diesem einfachen Erklärungsmodell Schmerzen verstehen? Auch wenn wir dem bisher Gesagten zustimmen, unter Druck (Krankheit kann großen Druck ausüben) fallen wir meist in unser gewohntes, materialistisches Menschenbild zurück, hoffen auf mechanische, biochemische Maßnahmen und verlangen danach, um damit unser Leid zu lindern.

