

CLAUDIA RAINVILLE

Metamedizin

– 2.0 –

JEDES SYMPTOM
IST EINE BOTSCHAFT

Vollständig aktualisierte
und erweiterte Neuauflage

H I N W E I S

Die Angaben in diesem Buch sind nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt. Sie sind weder ein Ersatz für Medikamente noch für irgendwelche ärztlichen oder psychotherapeutischen Behandlungen. Hinsichtlich des Inhaltes dieses Werkes und der darin dargestellten Resultate geben der Verlag und die Autorin weder indirekte noch direkte Gewährleistungen.

Demzufolge können und sollen die Inhalte dieses Buches keinen Arztbesuch ersetzen und stellen keine Anleitung zur Selbstdiagnose dar. Empfehlungen hinsichtlich Diagnoseverfahren, Therapieformen oder Ähnlichem werden nicht gegeben. Autorin und Verlag übernehmen somit keinerlei Haftung.



Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt als dem der Erstveröffentlichung in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Copyright der Originalausgabe © by Claudia Rainville, 1995

Titel der Originalausgabe: »Métamédecine – la guérison à votre portée«

Copyright der deutschen Ausgabe © 2021 Verlag »Die Silberschnur« GmbH.

Vollständig aktualisierte und erweiterte Neuauflage des Buches »Metamedizin. Jedes Symptom ist eine Botschaft«, 2. bis 7. Auflage erschienen unter der ISBN 978-3-89845-196-3.

ISBN: 978-3-96933-000-5

1. Auflage 2021

Übersetzung: Helga Schenk, Peter Schmidt

Covermotiv: Amritagraphic

Gestaltung & Satz: XPresentation, Göllesheim

Druck: Finidr, s.r.o. Cesky Tesin

Verlag »Die Silberschnur« GmbH · Steinstraße 1 · D-56593 Göllesheim

www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de

DANKSAGUNG

Wir sind alle Schüler und Lehrer.

Aus tiefsten Herzen bedanke ich mich bei all den Lehrern, denen ich auf meinem Weg begegnet bin. Die Lehrer die mir ihre Erfahrungen weitergaben, die Bücher, die ich las, meine Kinder, meine lieben Gefährten, meine Freunde und meine lieben Begleiter, durch die ich so viel gelernt habe.

Auch meinen lieben Lesern, die mir geschrieben haben, um mich an ihren Leiden und Zweifeln teilhaben zu lassen.

Ein Dankeschön geht auch an alle Menschen, die mich jahrelang bei der Produktion, beim Vertrieb und beim Verkauf meiner Bücher unterstützt haben.

Ihnen allen spreche ich meinen größten Dank aus.

WIDMUNG

Für alle meine Brüder und Schwestern auf dieser Erde, auf dass dieses Buch ihnen helfen mag, ihr Bewusstsein zu erwecken.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	13
Was versteht man unter Metamedizin?	13
Wie kann die Metamedizin in den Heilungsprozess eingreifen?	16
Welche Rolle spielt der metamedizinische Therapeut?	18
Wie bin ich zu dem metamedizinischen Ansatz gelangt?	19
TEIL 1 – Die Erweckung des Bewusstseins	27
Kapitel I – Verantwortung für unsere Gesundheit und unser Glück übernehmen	29
Was sind Schwingungsfrequenzen?	35
Was passiert also im Moment des Todes?	39
Kapitel II – Unser Gehirn und seine Rolle bei den Manifestationen von Gleichgewicht und Ungleichgewicht	47
Neocortex oder graue Substanz	48
Das limbische System	50
Der Hypothalamus oder das Reptiliengehirn: Der Körper im Gehirn	61
Kapitel III – Wie man es anstellt, sich nicht beeinflussen zu lassen	71
Kapitel IV – Wie man Programmierungen gut nutzen kann	91
Kapitel V – Der Ursprung der Krankheit oder was die Schmerzen uns mitteilen	103

TEIL 2 – Die Schlüssel zur Selbstheilung	119
Kapitel VI – Lebensverdruss – wie wir uns davon befreien können	121
Was ist Lebensverdruss?	121
Wie wir uns vom Lebensverdruss befreien können	133
Kapitel VII – Schuldgefühle und ihre Auswirkungen – wie wir uns davon befreien können	137
Woher kommen unsere Schuldgefühle?	137
Die vier wichtigsten Schuldgefühle, von denen sich alle anderen ableiten	144
Unsere Schuldgefühle erzeugen viele Manifestationen	152
Wie können wir uns von unseren Schuldgefühlen befreien?	153
Kapitel VIII – Ängste und ihre Auswirkungen – wie wir uns davon befreien können	169
Wie wir uns von Ängsten und Phobien freimachen können	182
Wie wir uns von Angst, Beklemmungen und Phobien befreien können	186
Kapitel IX – Wut – wie wir sie überwinden können	193
Wie entsteht eine Emotion?	194
Wie geht man am besten mit einem Wutgefühl um?	197
Kapitel X – Schamgefühle und ihre Manifestationen – wie wir sie überwinden können	209
Schämen Sie sich für irgendetwas?	209
Wie Sie Ihr Schamgefühl loswerden können	214
Kapitel XI – Rekonstruktion der Geschichte unserer Krankheiten und Beschwerden	221
TEIL 3 – Die Symbolik unseres Körpers erklären und verstehen . . .	235
Kapitel XII – Körperstütze und Bewegungsapparat	237
Knochen	237
Gelenke	240

Muskeln	245
Sehnen und Bänder	248
Schultern	249
Achselhöhlen	250
Kapuzenmuskel (Trapezius)	251
Schlüsselbein	252
Schulterblatt	253
Arme	254
Ellbogen	255
Handgelenke	257
Hände	259
Finger	260
Rücken und Wirbelsäule mit ihren 33 Wirbeln	263
Hüften	270
Gesäß	271
Ischiasnerv	272
Beine	273
Oberschenkelknochen (Femur)	275
Knie	276
Waden	279
Knöchel	279
Füße	281
Ferse	285
Zehen	286
Kapitel XIII – Der Kopf und die Sinnesorgane	289
Kopf	289
Stirn	296
Gesicht	297
Augenlider	297
Augen	300
Ohren	307

Kapitel XIV – Die Haut und ihre Anhangsgebilde	313
Haut	313
Epithelanhangsgebilde	328
Kapitel XV – Der Atemapparat	335
Nase	335
Eustachische Röhre (Ohrtrompete)	341
Kehle und Rachen	341
Mandeln	343
Kehlkopf	343
Schilddrüse	347
Lungen	350
Bronchien	354
Kapitel XVI – Das Herz-Kreislauf-System	361
Herz	361
Arterien	367
Venen	372
Blut	374
Lymphsystem	379
Die Lymphe	379
Milz	382
Kapitel XVII – Das Verdauungssystem	385
Lippen und Mund	386
Zunge und Speichel	389
Gaumen	391
Kiefer und Zähne	392
Zahnfleisch	394
Speiseröhre	395
Zwerchfell	397
Magen	398
Leber	401
Gallenwege	402

Pankreas – Bauchspeicheldrüse	403
Darm	407
Rektum	415
Anus – After	415
Kapitel XVIII – Die Fortpflanzungsorgane und die Brüste	417
Fortpflanzungsorgane der Frau	418
Brüste	433
Fortpflanzungsorgane des Mannes	440
Kapitel XIX – Die Ausscheidungsorgane	451
Harnwege	451
Kapitel XX – Das Drüsensystem und die Energiezentren	461
Kapitel XXI – Die Schlüssel zu Gesundheit und zum Wohlbefinden	471
Richtig Atmen	471
Sich gut ernähren	473
Übungen machen und Ruhe genießen	477
Sich entspannen können	478
Wie kann man gesund sein, wie sich wohler fühlen?	480
Nachwort	481
Anhang 1	483
Anhang 2	485
Register	487
Über die Autorin	495
Notizen	503

VORWORT

Was wir Krankheit nennen, ist die Endphase einer viel tiefer reichenden Störung. Und um eine wirklich erfolgreiche Behandlung durchzuführen, reicht es eben nicht aus, nur die Folgen zu behandeln, ohne der tatsächlichen Ursache auf den Grund zu gehen und diese auszuräumen.

Dr. Edward Bach

Was versteht man unter Metamedizin?

Das Wort Metamedizin setzt sich zusammen aus der griechischen Vorsilbe *meta-*, die “nach, hinter, darüber hinausgehend” bedeutet, und dem Wort Medizin, was so viel bedeutet wie “die Gesamtheit der zur Verfügung stehenden Mittel zur Vorbeugung, Heilung und Linderung von Krankheiten”.

Die Metamedizin geht über die Schmerz- und Symptombeseitigung hinaus. Sie setzt den Schwerpunkt auf die Suche nach dem ursächlichen Faktor für das Unwohlsein oder die Krankheit.

In der Metamedizin werden Schmerzen, Unwohlsein oder Leiden als Vorläufersymptome für eine Störung der Harmonie in einem Teil des Organismus gewertet.

Wenn wir diese Signale beseitigen, ohne die Information, die sie uns übermitteln wollen, herauszufinden, ist das in etwa so, als würde man die Alarmsirene eines Rauchmelders zum Schweigen bringen, die auf einen Brand in einem Raum hinweist. Nimmt man diesen Alarm nicht ernst, läuft man Gefahr, sich inmitten der Flammen wiederzufinden. Aber genau das machen viele Menschen,

indem sie einfach ein Medikament schlucken, ohne zu versuchen, den Ursprung des Signals zu begreifen.

Das heißt andererseits jedoch nicht, dass wir uns das Linderung verschaffende Medikament verweigern sollten. Es heißt einfach, dass wir nicht bei der Schmerzlinderung und der Symptombeseitigung Halt machen, sondern versuchen sollten, auch das verursachende Element zu erkennen und zu beseitigen.

Als Beispiel möchte ich Ihnen eine persönliche Erfahrung erzählen, die ich im Alter von 11 Jahren machte. Ich hatte damals dauernd mit Gerstenkörnern zu kämpfen. Eine Klassenkameradin sagte mir, dass das kein Problem sei, da sie eine Tante mit heilerischen Fähigkeiten habe, die sie zum Verschwinden bringen könnte. Also suchte ich diese Tante auf. Sie legte einfach einen Goldring auf die Stelle, an der wieder ein ziemlich schmerzhafter Furunkel am Entstehen war. Sie sagte nur zu mir: "Geh jetzt und bedanke dich nicht bei mir." Ich tat genau das, und nach jenem Tag hatte ich nie mehr ein Gerstenkorn.

Hatte sie mich geheilt? Das ist die zentrale Frage. Ein Symptom, einen Schmerz oder eine Manifestation zum Verschwinden zu bringen, ist nicht unbedingt gleichbedeutend mit Heilung. Denn die Ursache für deren Auftreten kann sich sehr wohl einige Zeit später in umfassenderer oder aber ganz neuer Form wieder zu Wort melden. Und genau das war bei mir der Fall. Mein Glaube an die heilerischen Fähigkeiten der Frau hatte ausgereicht, um dieses "Signal" ein für alle Mal aus meinem Organismus zu verbannen. Allerdings war damit die Ursache, die zum Auftreten der Gerstenkörner geführt hatte, noch nicht beseitigt. Danach bekam ich eine Mandelentzündung nach der anderen. Dieses Mal ging ich zu einem Allgemeinmediziner, der mir zunächst Jodtabletten verschrieb, die mir aber nur wenig Linderung verschafften. Anschließend gab er mir Antibiotika, die nur eine vorübergehende Wirkung zeigten. Zum guten Schluss blieb nur noch die Entfernung meiner Mandeln. Auch wenn dieser chirurgische Eingriff erfolgreich verlief, war auch er letztendlich nicht die Lösung für die Beseitigung der Ursache des Problems. Anschließend hatte ich ständig Entzündungen der Rachen- und der Kehlkopfschleimhaut.

Die Krankenblätter der Ärzte sind voll von ähnlichen Geschichten. Ich erinnere mich beispielsweise an eine Frau, bei der bei einer Routineuntersuchung ein kleiner Knoten in der Brust entdeckt wurde. Ihr Arzt empfahl ihr, eine Mammographie mit anschließender Biopsie vornehmen zu lassen. Die Diagnose lautete: Adenofibrom, eine kleine, gutartige Geschwulst ohne größere Komplikationen. Die Patientin war beruhigt.

Ein paar Jahre später entdeckte dieselbe Frau wieder einen Knoten in der Brust. Sie war nicht weiter beunruhigt und dachte, es handle sich mit Sicherheit wieder um einen harmlosen kleinen Tumor. Aber dieses Mal hatte sie Schmerzen in der Brust. Außerdem beobachtete sie, dass ihre Lymphknoten in der Achselhöhle angeschwollen waren, was sie schließlich dazu veranlasste, den Arzt aufzusuchen. Auch dieses Mal wurden die nötigen Untersuchungen durchgeführt, und dieses Mal lautete die Diagnose Adenokarzinom oder Drüsenkrebs.

Es folgte ein operativer Eingriff, bei dem das befallene Brustgewebe entfernt wurde. Anschließend wurde die Patientin mit Bestrahlungen und Chemotherapie behandelt. Nach einjähriger Behandlung schien der Krebs besiegt. Die Patientin führte wieder ein normales Leben. Doch dann bekam sie Schmerzen in den Hüften, und man entdeckte, dass es sich dabei um Knochenkrebs handelte. Ein paar Jahre später starb die Patientin an Krebs, der sich im ganzen Körper ausgebreitet hatte.

Natürlich enden nicht alle Geschichten so tragisch. Nicht jede Person, bei der Gerstenkörner auftreten, bekommt anschließend Mandelentzündungen oder Rachen- und Kehlkopfentzündungen. Und nicht jede Person, die eine kleine, gutartige Geschwulst in der Brust hat, entwickelt anschließend unbedingt einen Krebs. Die Entwicklung der Manifestation wird durch die Ursache selbst bestimmt, die vorübergehend oder dauerhaft sein kann.

Es sind die starken oder anhaltenden Ursachen, die zur Entstehung einer Reihe von Manifestationen oder schweren Krankheiten wie Krebs, Multipler Sklerose und anderem führen.

Während wir gegen die Symptome und Manifestationen vorgehen, wie etwa, um bei unserem Beispiel zu bleiben, die Entfernung des Adenofibroms, die Entfernung der Brust, die Behandlung in Form von Bestrahlungen und Chemotherapie, ist die Ursache weiterhin aktiv. Und wie das Unkraut, das man nur abrupft, ohne die Wurzeln mit herauszuziehen, breitet sie sich weiter aus.

Halten wir also fest, dass es keine Krankheitserscheinung (Schmerzen, Verhärtung, Blutung etc.) ohne Ursache gibt.

Jede Ursache erzeugt Wirkungen, die ihrerseits wiederum neue Ursachen und eine Vielzahl von Sekundäreffekten auslösen.

Was hätte jene Heilerin, der ich mit 11 Jahren begegnet bin, tun können, um mich zu einer echten Heilung hinzuführen? Sie hätte wie gehabt ihren Goldring, den sie auf mein Gerstenkorn legte, einsetzen können. Aber anschließend hätte sie mich verschiedene Dinge fragen können, um mir zu

helfen, den für die Gerstenkörner verantwortlichen Faktor herauszufinden und ihn auszuschalten.

Diese beiden letzten Schritte entsprechen dem Ansatz der Metamedizin, den Ärzte, Krankenschwestern, Therapeuten, Heiler, Pranotherapeuten etc. anwenden können, um eine Person, die sich wegen Hilfe an sie wendet, zu einer Wiederherstellung ihrer Gesundheit hinzuführen. Ich verwende hier absichtlich das Wort "hinführen", weil meiner Ansicht nach die einzig wahre Heilung die Selbstheilung ist.

Niemand kann gegen seinen Willen geheilt werden, und einzig und allein der ehrliche Wille, gesund zu werden, kann eine Person dazu motivieren, die nötigen Veränderungen der für ihr Leiden verantwortlichen Einstellungen, Gefühle und Emotionen vorzunehmen.

Wie kann die Metamedizin in den Heilungsprozess eingreifen?

Die Metamedizin hilft uns, die Geschichte von Beschwerden, Krankheiten oder einer tiefen Lebenskrise zu rekapitulieren, indem sie versucht, den Verlauf so weit wie möglich (bis zum Auftreten der allerersten Symptome) zurückzuverfolgen. Dazu werden bei der Befragung zum Krankheitsverlauf verschiedene Schlüsselfragen gestellt, die auf eine Aufdeckung der Ursache(n) der Krankheit abzielen.

Welche Befragung zum Krankheitsverlauf hätte die Heilerin bei mir durchführen können, wenn ihr die Prinzipien der Metamedizin bekannt gewesen wären? Weil meine Augen betroffen waren, hätte sie auf der Grundlage ihrer Kenntnisse der Körpersymbolik und ihrer Manifestationen wissen können, dass es dabei um etwas ging, was ich sah. Darüber hinaus hatte ich ständig irgendwelche Infektionen, und Infektionen deuten häufig auf unterdrückte Wut hin.

Sie hätte mich also fragen können, ob ich irgendetwas sah, was bei mir Wut- oder Schamgefühle oder Gefühle des Widerwillens auslöste. Genau das war nämlich bei mir der Fall. Denn im Alter von 11 Jahren war ich in unserer Familie ständigen Gewaltszenen ausgesetzt. Und wenn ich meine Schwester so sah, wie sie stundenlang aus der Nase blutete, weil sie geschlagen worden war, spürte ich in mir eine wahnsinnige Wut gegen einen meiner Brüder auf-

steigen, der sein eigenes Leiden nur in Form von Gewalt zum Ausdruck bringen konnte. Gleichzeitig hatte ich natürlich viel zu große Angst vor ihm, um auch nur einen Piep zu sagen. Meine Wut über diese Szenen, die ich ständig miterleben musste, manifestierte sich in diesen Gerstenkörnern, und meine Ohnmacht, die Wut herauszulassen, führte zu den ständigen Mandel-, Rachen- und Kehlkopftzündungen. Mit 15 Jahren hörte das alles schlagartig auf, als dieser Bruder uns verließ.

Zunächst hätte diese Heilerin mir also geholfen, mir dieser Wut bewusst zu werden, die in mir kochte, und anschließend hätte sie mich dazu gebracht, sie loszuwerden, indem sie mir geholfen hätte, die Gründe für das aggressive Verhalten meines Bruders zu begreifen. War er vielleicht selbst geschlagen worden? Litt er vielleicht stark unter irgendetwas, das er nur durch Gewalt ausdrücken konnte, weil er nicht in der Lage war, seinen Tränen freien Lauf zu lassen? Auf diese Weise hätte ich meinen Bruder verstehen können, anstatt ihn zu verurteilen. Wer weiß? Wenn er sich verstanden und geliebt gefühlt hätte, hätte das vielleicht ihm und uns geholfen. Es ist bemerkenswert, wie die Hilfe, die wir einer Person über die Metamedizin zukommen lassen, häufig positive Auswirkungen auf die Personen in deren Umfeld hat.

Man sollte sich keinesfalls zu dem Urteil hinreißen lassen, die Metamedizin sei ein grob vereinfachender Ansatz. Ganz im Gegenteil: Die Metamedizin beschränkt sich eben nicht auf eine Ursache, die eine Wirkung hat, denn ein Symptom, ein Schmerz oder eine Krankheit können durch ein Zusammenspiel von verschiedenen Faktoren bedingt sein.

Auch bei meinen Gerstenkörnern war das so. Es gab eine sekundäre Ursache, die ich bei meinen Untersuchungen der Metamedizin entdeckte. Diese sekundäre Ursache hing mit einem Schamgefühl zusammen: Tatsächlich hatte ich im Alter von 11 bis 14 Jahren, also genau in der Zeit, als ich mich mit meinen Gerstenkörnern herumschlug, große Schwierigkeiten mit der Rechtschreibung, und meine Lehrer hatten keine Hemmungen, mir meine Französischfehler vor der versammelten Klasse unter die Nase zu reiben und mich dafür zu tadeln.

Halten wir in diesem Zusammenhang auch fest, dass eine ganz ähnliche Geschichte sich von Person zu Person auf unterschiedliche Weise manifestieren kann. So kann beispielsweise der emotionale Schock durch den Verlust eines Kindes bei einem Autounfall bei der einen Mutter zur Entstehung eines Brustkrebses führen, bei der anderen zu einem Gebärmuttermyom und bei der dritten zu einer Depression.

Im ersten Fall ist es möglich, dass die Mutter sich für den Unfall, bei dem ihr Kind umkam, verantwortlich und sogar schuldig gefühlt hat. Im zweiten Fall hat sich die Frau möglicherweise angesichts des Leidens ihres Kindes machtlos gefühlt und einen tiefen Schmerz darüber in sich bewahrt. Und im dritten Falle schließlich war dieses Kind vielleicht ihr ganzer Lebenssinn. Sein Tod hat ihr ihre ganze Lebenslust genommen und sie in eine Depression versinken lassen.

Dieselbe Krankheit kann auch die unterschiedlichsten Ursachen haben. Hier einige Beispiele: Asthma kann beim einen durch ein Gefühl der Beklemmung ausgelöst sein, weil er sich in seinem Lebensraum eingeengt fühlt. Beim anderen kann es die Folge eines tief empfundenen Schuldgefühls im Zusammenhang mit seiner Geburt sein (wenn sich diese Person für das Leiden ihrer Mutter verantwortlich fühlt). Dieses Schuldgefühl sorgt möglicherweise unbewusst dafür, dass die Person nicht zulässt, in vollen Zügen zu leben, indem sie sich daran hindert, richtig durchzuatmen. Und bei wieder einem anderen kann es auf ein Bedürfnis nach mehr Aufmerksamkeit zurückgehen.

Aus diesem Grund benutzt man die Körpersymbolik und deren Manifestationen, um die richtigen Fragen zu stellen, um so die Geschichte zu rekonstruieren und die damit zusammenhängende Ursache zu erkennen.

Wenn wir einer Situation ausweichen wollen,
die eine wichtige Lektion für unsere Entwicklung darstellt,
kann die Krankheit uns zwingen, ihr ins Auge zu sehen.

Welche Rolle spielt der metamedizinische Therapeut?

Seine Rolle besteht darin, die Person auf ihrem Weg zurück zum Wohlbefinden zu begleiten. Dazu bedient sich der Metamediziner der Befragung zum Krankheitsverlauf, um der Person, die er berät, bei folgenden Schritten zu helfen:

- um eine Situation wiederzufinden, die mit dem Unwohlsein oder der vorliegenden Krankheit zusammenhängt.
- um das damit verbundene Gefühl aufsteigen zu lassen, wie etwa ein unterdrückter Schmerz, eine versteckte Wut, ein einengendes Rachegefühl,

eine unterdrückte Angst, ein Gefühl von Ungerechtigkeit, von Schande, von Ohnmacht usw.

- um die damit verbundene Emotion zu lösen dank eines Transformationsprozesses, um so das Sagen und Handeln der Person, die verletzt hat, zu verstehen.
- um sich für eine positive Entscheidung oder eine bestimmte Tat zu entschließen, um so einen inneren Frieden wiederzufinden, der sich in einem Zustand von Wohlbefinden ausdrückt.

Diese Hilfestellung kann nur in einem Klima des Vertrauens stattfinden, in dem sich die Person ohne jegliche Vorurteile vollkommen angenommen fühlt. Der Therapeut übernimmt die Rolle des Beraters oder Vertrauten und muss bisweilen die Zärtlichkeit einer Mutter an den Tag legen, ohne jedoch jemals die Grenzen eines Begleiterstatus zu überschreiten.

Dazu ist von Seiten des Beraters manchmal Mitgefühl und manchmal Abstand nötig. Mitgefühl, um das Leiden des Patienten im tiefsten Inneren seines Wesen nachzuvollziehen. Vor allem dann, wenn sich der Patient selbst dem Empfinden dieses Leidens verschließt. Und Abstand, um seine Rolle als Helfer nicht auszunutzen und seinen Willen durchzusetzen statt den des Patienten.

Wir können nicht improvisieren und so tun, als wären wir metamedizinische Berater. Und verantwortlich dafür ist die Liebe und der aufrichtige Wunsch, einen Beitrag zu leisten, um den Menschen, die uns um Rat fragen, zu einem umfassenderen Wohlbefinden zu verhelfen.

Ein Führer kann die anderen nicht irgendwohin führen, wo er selbst noch nicht war. Ein metamedizinischer Berater muss daher gelernt haben, sich selbst nach dem Ursprung seiner Beschwerden oder Krankheiten zu fragen und die volle Verantwortung für sein Leben, seine Gesundheit und sein Glück zu übernehmen.

Wie bin ich zu dem metamedizinischen Ansatz gelangt?

Ich bin zu früh und mit der Nabelschnur um den Hals geboren. Es hat mehr als drei Wochen gedauert, bis ich meine Augen aufgemacht habe. Meine

Mutter glaubte schon, ich sei blind. Dazu muss gesagt werden, dass die Schwangerschaft meiner Mutter unter jämmerlichen Umständen verlief. Sie war mit einem gewalttätigen Alkoholiker verheiratet, der sie schlug und durch den jede Schwangerschaft für sie zu einem wahren Albtraum wurde. Als sie ihm ankündigte, dass sie wieder schwanger sei, sagte mein Vater: "Das Kalb, das dieses mal geboren wird, werde ich an der Hausecke umbringen." Meine Mutter war so unglücklich, dass sie sich am liebsten in den nächsten Fluss gestürzt hätte, aber ihr Verantwortungsgefühl als Mutter hinderte sie daran. Je näher mein Geburtstermin rückte, desto gewalttätiger wurde mein Vater. Eines Nachts war seine Raserei so unerträglich, dass meine Mutter sich zu ihren Eltern flüchten musste. Dort bin ich dann auch geboren worden, bereits mit einer schweren Vergangenheit als Fötus auf dem Buckel.

Mit sechs wurde ich in ein Internat geschickt, um dort mein erstes Schuljahr zu absolvieren. Dieses Jahr war gekennzeichnet von Erkältungen, Lungenentzündungen und einer ersten Operation zur Entfernung der Rachenmandeln. Ich verbrachte mehr als die Hälfte dieses ersten Schuljahres auf der Krankenstation, so dass ich letztendlich das Jahr wiederholen musste.

Die Geschichte dieses Unbehagens oder, besser gesagt, dieses Lebensverdrußes manifestierte sich mit der Zeit noch in Form vieler anderer Beschwerden und Krankheiten: Furunkel, Gerstenkörner, Mandelentzündungen, Rachen- und Kehlkopfentzündungen, Psoriasis, Ekzeme, Abmagerung, Verstauchungen, niedriger Blutdruck, Anämie, Hypoglykämie, Allergien, Knochenleiden, Gallensteine, Gebärmutterhalskrebs ... und das ist noch nicht einmal die vollständige Liste!

Was ich jedoch keinesfalls unerwähnt lassen kann, ist das stille Leiden, das mich stets erfüllte und tiefe Depressionen bei mir auslöste, worüber sich meine Umwelt aber in keinster Weise bewusst war; trotzdem rutschte ich von Jahr zu Jahr weiter hinein. Ich fühlte mich innerlich so aufgewühlt, dass ich befürchtete, tatsächlich geisteskrank zu sein.

Meine Sammlung von Visitenkarten der verschiedenen Krankenhäuser und der Rezepte, die mir die Ärzte verschrieben hatten, wuchs immer weiter an. Ich glaubte an die Schulmedizin, hatte ich mich doch während meines Studiums ausgiebig damit beschäftigt und mich darin spezialisiert. Doch je mehr ich diese Medizin anwandte, desto mehr versank ich in meiner Krankheit und dem Leiden, das ich mit mir herumtrug.

Meine mehrfachen Selbstmordversuche waren die letzten Hilferufe. Meine Wiedergeburt begann letztendlich in einem Zustand, in dem ich für klinisch tot erklärt worden war. Nicht die Magenspülungen oder die Medikamente, die

mir gespritzt wurden, waren es, die mir damals die Energie oder die Lust zum Leben zurückgegeben haben, sondern die sanfte, einfühlsame Stimme einer jungen Krankenschwester, die, als sie mich so leblos und an das Beatmungsgerät angeschlossen daliegen sah, voller Mitgefühl die einfachen Worte ausrief: *“Oh, mein Gott, das arme Kätzchen.”* Nach diesem Zwischenfall begann ich einen Weg des persönlichen Wachsens, um besser verstehen zu können, was mich in diese Depression geführt hatte.

Mein kartesisches Weltbild, das mir durch meine Berufswahl eingepägt worden war, sorgte dafür, dass ich zunächst auf dem Beobachtungsposten blieb und nur von weitem die Möglichkeit in Betracht zog, dass unsere Überzeugungen oder unsere seelisch-geistigen Einstellungen für die Entstehung unserer Krankheiten verantwortlich sein könnten.

Letztendlich waren es die Rückenschmerzen, unter denen ich damals litt und aufgrund derer ich schon zwei Jahre lang in physiotherapeutischer Behandlung war, die meinen Widerstand brachen und dazu führten, dass ich diesen Ansatz weiter vertiefte. Bei Röntgenaufnahmen meiner Wirbelsäule war festgestellt worden, dass mein 5. Rückenwirbel fehlgebildet war. Nach Auffassung der Mediziner war er es, der an meinen Rückenschmerzen schuld war. Man empfahl mir einen chirurgischen Eingriff, aber ich fühlte mich nicht bereit für diese Lösung.

Dank eines Kurses¹, den ich belegt hatte, stellte ich die gedankliche Verbindung zwischen Rücken und Belastung her. Was nahm ich alles auf meinen Buckel? Ich nahm die Probleme meiner ganzen Umgebung auf mich, die Probleme meiner Mutter, meiner Schwestern, meiner Freunde etc. Und warum? Weil ich den Wunsch hatte, dem Gefühl, ein böses Mädchen gewesen zu sein, etwas entgegenzusetzen. Mich um andere zu kümmern, gab mir den Eindruck, gut zu sein. Natürlich wollte ich auch geliebt werden und in gewisser Weise gab es mir sogar einen Sinn im Leben (obwohl ich diesen Aspekt erst viele Jahre später entdeckte).

Nach dieser ersten Bewusstwerdung beschloss ich, den anderen ihre Probleme selbst zu überlassen. Zuvor hatte ich immer die Lösungen für ihre Probleme gefunden, und häufig genug war ich ihre Lösung. Von nun an beschränkte ich mich darauf, ihnen zu helfen, sich selbst zu helfen, aber das nur dann, wenn sie mich um Hilfe baten. In den Tagen darauf konnte ich beobachten, wie meine Rückenschmerzen immer mehr nachließen. Ich stellte die

¹ Es handelte sich um einen Kurs im größten Seminarzentrum Québecs, *Ecoute ton corps*, das die Kanadierin Lise Bourbeau gegründet hatte.

Übungen und die physiotherapeutischen Behandlungen ein. Ich, die ich Beweise brauchte, um glauben zu können, hatte meine Lektion gelernt. Von da an ging ich bei allen meinen Krankheiten und Beschwerden nach diesem Ansatz vor. Je mehr Entdeckungen ich machte, desto größere Fortschritte machte ich auf der gesundheitlichen Ebene. Allerdings verlor ich gleichzeitig das Interesse an meiner Arbeit als Mikrobiologin. Ich sagte mir: "Was mache ich hier eigentlich? Ich trage nur dazu bei, die Wirkungen zu beseitigen, wo es doch so viel wichtiger wäre, an der Beseitigung der Ursachen zu arbeiten."

Das aufzugeben, was meine finanzielle Sicherheit für mich bedeutete, war jedoch nicht einfach. Kein Gehalt wartete auf mich, wenn ich diesem neuen Gedankenansatz folgte. Ich hatte Angst vor dem Unbekannten. Und genau in jenem Moment fing ich an, Ischias zu bekommen. Ich hatte heftige Schmerzen im Lenden- und Oberschenkelbereich. Außerdem litt ich unter Verstopfung, begleitet von starken Blähungen, und zur Krönung des Ganzen unter Zahnfleischentzündungen und Zahnschmerzen. Das reichte. Ich musste eine Entscheidung treffen und meinen Ängsten ins Auge sehen. Meine größte Angst war, dass ich mich täuschte und später nicht mehr zurück konnte.

Zu jenem Zeitpunkt begegnete ich Dr. Herbert Beierle, der ein Seminar mit dem Thema "Wie man sein Leben meistert" anbot. Ich sprach mit ihm über meine Unentschlossenheit und er sagte zu mir: "Im Leben macht man niemals Fehler, sondern nur Erfahrungen. Wozu bist du auf diese Welt gekommen, wenn nicht um Erfahrungen für deine Entwicklung zu machen?"

Genau das war es, was ich hören musste. Ich beschloss, meine Arbeit aufzugeben. Meine Familie und meine Arbeitskollegen setzten alles daran, mich davon abzubringen. Aber mein Entschluss stand fest. Ich gab meine Stelle im Krankenhaus auf. Alle meine Krankheiten und Beschwerden verschwanden daraufhin. Aber das Spiel war noch nicht gewonnen: Das war erst der Anfang meiner Entdeckungen.

Ich besuchte daraufhin ein Zentrum für inneres Wachstum, um meine metaphysischen Studien fortzusetzen. Allerdings blieben dabei viele Fragen offen, und viele Krankheiten, die ich bekam, ohne sie mir wirklich zu wünschen, waren in dem kleinen Büchlein von Louise Hay nicht aufgeführt. Um ihre Ursache herauszufinden, musste ich Lehrgeld bezahlen.

Dann lernte ich Alex Tanous kennen, ein Medium, das Seminare zum Thema inneres Wachstum abhielt, bei denen ich den Zusammenhang zwischen unserer Vergangenheit und unserer Gegenwart verstehen lernte. Dank ihm entdeckte ich, dass ein Großteil der Schwierigkeiten, mit denen wir uns im

Erwachsenenalter herumschlagen, nichts anderes ist als ein Nachhalleffekt von ungelösten emotionalen Situationen aus unserer Vergangenheit.

Das Zentrum für persönliches Wachstum, das ich über Jahre besuchte, hatte mir viel gebracht. Seine Leiterin hatte mich so weit gebracht, wie sie konnte. Aber jetzt musste ich meine Suche auf eigene Faust fortsetzen. Ich konzentrierte mich zunächst auf Einzel- und Gruppentherapien. Ausgehend von meinen bis dahin erlangten Kenntnissen vertiefte ich den Ansatz durch Fragen nach der möglichen Ursache der Krankheit, wegen der mich die Person aufgesucht hatte.

Ein Beispiel: Antonia kam zu mir in Behandlung. Sie litt unter akuter Leukämie. Die Ärzte hatten ihr noch drei Monate zu leben gegeben. Ich hatte keine Ahnung, was eine akute Leukämie verursachen konnte, doch dank meiner physiologischen Kenntnisse wusste ich, dass es sich dabei um eine starke Vermehrung unreifer weißer Blutkörperchen handelte. Im Allgemeinen spielen die weißen Blutkörperchen eine wichtige Rolle bei der Immunabwehr. Meine Fragen lenkte ich also in diese Richtung und fragte Antonia, ob sie das Gefühl gehabt habe, gegen etwas ankämpfen zu müssen. Hatte sie nun genug von diesem Kampf oder etwa das Gefühl, den Kampf verloren zu haben? Genau das war es. Nachdem sie sich ihre von einem Verlust des Selbstwertgefühls und von Entmutigung gekennzeichneten Gefühle eingestehen konnte und nach neuen Lösungen suchte, die sie vorher nicht gesehen hatte, die sich aber im Nachhinein als sehr vorteilhaft herausstellten, wurde sie von der Leukämie geheilt und wieder gesund.

Manchmal überlegte ich mir, was die Krankheit der jeweiligen Person aufbürdete. Wenn sie sie beispielsweise zu einer Arbeitsunterbrechung, zur Bettlägrigkeit oder zu einem Verzicht zwang, konnte es da nicht sein, dass das genau das war, was sich die Person unbewusst eigentlich wünschte? Nehmen wir das Beispiel Bettlägrigkeit. Hatte die Person nicht vielleicht eine Pause nötig, die sie sich selbst aber nicht zugestand? Oder versuchten diejenigen, die auf ein Vergnügen oder einen Genuss verzichten mussten, nicht, sich dadurch selbst zu bestrafen? Das war die Art und Weise, wie ich meine Studien und Forschungen fortsetzte.

Wenn ich gefragt wurde, wie dieser neue Ansatz von mir hieße, konnte ich keinen genauen Namen dafür angeben, und das war auch nicht wichtig. Für mich zählten nur die Ergebnisse. Meine Sekretärin war hingegen ziemlich verärgert darüber, dass sie auf diese Frage nie antworten konnte. Eines Tages nahm ich dann an einer Fernsehsendung mit dem Titel *Metamedizin* teil, in

der aufgezeigt werden sollte, wie wichtig es ist, über die schulmedizinischen Mittel hinauszugehen. Und das war genau das, was ich sonst auch immer tat. Von da an konnte ich also diesen Ansatz, den ich entwickelt hatte, benennen.

Erst sechs Jahre später, nachdem ich tausende Personen behandelt und mich selbst geheilt hatte, beschloss ich, ein Buch darüber zu schreiben. Ich dachte: *“Wenn es mir gelungen ist, mich von allen meinen Leiden zu befreien, die mich so lange geplagt haben, kann das jede andere Person auch.”* Ich hatte so viele wunderbare Entdeckungen gemacht, die ich mit anderen Menschen teilen wollte, aber gleichzeitig befürchtete ich, nicht dazu in der Lage zu sein. Ich stellte mich meiner Angst, indem ich mich trotz meiner Unerfahrenheit in die Welt des Schreibens stürzte. Ich ließ mein Herz und mein Gedächtnis durch meine Feder sprechen.

Was dabei herauskam, hat meine Erwartungen weit übertroffen. In kürzester Zeit ist mein erstes Buch – *Participer à l’univers. Sain de corps et d’esprit* – zu einem Bestseller geworden. In den darauffolgenden Jahren erhielt ich eine Unmenge von Briefen aus aller Herren Länder. In diesen Briefen, die alle möglichen Kommentare enthielten, vom höchstem Lob bis zu wenig schmeichelhaften Bezeichnungen, erzählten mir die Menschen, wie sie sich mit Hilfe dieses Buches von einer Krankheit oder einem Leiden befreien konnten, gegen das kein Medikament etwas ausrichten konnte. Andere baten mich um einen Rat oder um zusätzliche Erläuterungen. Und wieder andere wollten die Ursache von Beschwerden oder Krankheiten wissen, die in dem Buch nicht erwähnt worden waren.

Dank dieser Briefe, aber auch aufgrund der Seminare und Konferenzen, die ich parallel anbot, konnte ich meine Kenntnisse der Metamedizin weiter vertiefen. Aber gleichzeitig wurde mir klar, dass das, was für mich so einfach erschien, für den Laien etwas höchst Komplexes war. Ich wurde mir dadurch bewusst, dass nur sehr wenige Personen wissen, wie man dieses fabelhafte Instrument der Bewusstwerdung, die zur Selbstheilung führt, anwendet. Das hat mich dazu angeregt, das Buch neu zu schreiben und es unter dem Titel *Metamedizin 2.0 – Jedes Symptom ist eine Botschaft* neu herauszubringen, damit es so genau die Rolle spielen konnte, zu der es bestimmt war.

Alle in diesem Buch aufgeführten Geschichten und Fallbeispiele sind wahre Begebenheiten. Manche stammen aus meinen eigenen Therapiesitzungen, andere aus denen anderer Therapeuten des metamedizinischen Zirkels.

Die Fallbeispiele wurden absichtlich in verkürzter Form aufgeführt, um nur das für unsere Studien Wesentliche aufzuzeigen. Das bedeutet jedoch

nicht, dass sie immer einfach oder auf eine einzige Ursache zurückzuführen gewesen wären. Die Metamedizin ist gleichzeitig einfach und komplex: Einfach aufgrund der "Schlüssel", derer sie sich bedient, und komplex wegen der vielen möglichen Einflussfaktoren, die mit hineinspielen.

Die hier wiedergegebenen Fallbeispiele wurden ein wenig verändert und die betroffenen Personen so beschrieben, dass ihre Anonymität gewahrt wird.

Die metaphysischen Erklärungen zu den hier erklärten verschiedenen Pathologien müssen eher induktiv (Ursachensuche) als deduktiv (Schlussfolgerung) eingesetzt werden.

Die Ursachen eines Unwohlseins oder einer Krankheit können ganz andere sein als die, die ein paar Seiten weiter erklärt werden.

Nur eine persönliche Befragung zum Krankheitsverlauf erlaubt es uns, unsere Schlüsse zu ziehen oder der Person, die uns um Hilfe bittet, die richtigen Fragen zu stellen, um die mutmaßliche Ursache ihres Leidens oder ihrer Krankheit aufzudecken.

Darüber hinaus sollten wir nicht dem Glauben verfallen, die Heilung trete sofort nach dem Erkennen der Ursache ein. Ganz allgemein kann man sagen, dass der Heilungsprozess einsetzt, sobald man die Krankheitsursache erkannt und sich davon befreit beziehungsweise diese verändert hat.

Denn auch wenn ein Konflikt beigelegt oder ein Gefühl zum Ausdruck gebracht wurde, kann der Körper mehr oder weniger lange zur Wiederherstellung des betroffenen Gewebes oder Organs brauchen.

Dieses Buch hat nicht den Anspruch, die medizinischen Maßnahmen durch einen behandelnden Arzt oder die Behandlung durch einen Therapeuten zu ersetzen. Es zielt vor allem auf ein persönliches Insichgehen und auf eine bessere Zusammenarbeit zwischen Patient und Arzt sowie zwischen Patient und Therapeut ab.

Möge es ein wertvoller Leitfaden auf dem Weg zu deinem Wohlbefinden und für deine persönliche Entwicklung sein. Meine ganze Liebe und mein Glaube an deine Heilungskräfte begleiten dich auf diesen Seiten.

Deine Freundin Claudia



TEIL 1

Die Erweckung des Bewusstseins

Vollkommene Gesundheit und volle Bewusstseins-
erweckung sind in Wirklichkeit ein und dasselbe.

Tarthang Tulku

Verantwortung für unsere Gesundheit und unser Glück übernehmen

Das Leiden ist ein Korrektiv, das auf eine Lektion hinweist, die wir auf andere Weise nicht begriffen hätten, und es kann nie beseitigt werden, solange die Lektion nicht gelernt wurde.

Dr. Edward Bach

Man kann nicht über Metamedizin reden, ohne auf das Gesetz der Verantwortung einzugehen, denn es stellt die Grundbedingung für eine echte Heilung dar.

Als ich Studentin im Fach Mikrobiologie war, stellte ich meinen Professoren ständig Fragen, weil ich wissen wollte, woher die Mikroben (Bakterien, Viren, Parasiten etc.) kamen. Sie antworteten mir, dass diese Krankheitserreger auf Kontaminationen zurückgingen. Ich ließ es damit bewenden, fragte mich aber weiter, wo sich wohl der erste Mensch die Mikrobe eingefangen haben mochte. Danach gab ich mich mit all den Kenntnissen zufrieden, die ich in dieser faszinierenden Welt der Mikroorganismen erforschte, aber meine Fragen blieben weiterhin unbeantwortet. Später arbeitete ich dann im Krankenhausesektor. Wieder fragte ich mich, wie es wohl kam, dass manche Personen ständig wegen Harnwegsinfekten oder andere wegen Scheidenentzündungen das Krankenhaus aufsuchen mussten.

Insbesondere erinnere ich mich an einen alten Mann, der unter Tuberkulose litt, aber praktisch nie von zu Hause raus kam. Und die seltenen Besucher, die

er hatte, waren keine Überträger des Koch-Bazillus, der im Allgemeinen für die Entstehung von Tuberkulose verantwortlich gemacht wird. Woher hatte er diese Infektion also bekommen?

Intuitiv wusste ich, dass die Menschen die Fähigkeit zur Entwicklung einer Krankheit in sich tragen, sei es durch das Anziehen des Infektionserregers über eine geeignete Schwingungsfrequenz, sei es durch eine Destabilisierung der Moleküle ihrer Zellen und die so möglich gemachte Entstehung einer Krankheit. Als ich es wagte, meine Hypothese zu äußern, wurde ich von allen Seiten ausgelacht.

Mahatma Gandhi hat einmal gesagt:

*“Der Irrtum wird nicht zur Wahrheit,
weil er sich ausbreitet und Anklang findet.*

Und die Wahrheit wird nicht zum Irrtum, weil niemand sie sieht.”

Die Verantwortung für das zu übernehmen, was wir erleben, bedeutet, dass wir anerkennen und akzeptieren, dass es unsere Gedanken, Gefühle und inneren Einstellungen sind sowie die Lektionen, welche wir im Laufe unserer Evolution lernen müssen, die unsere glücklichen und unglücklichen Lebenssituationen ebenso wie die Schwierigkeiten oder das Glück, das wir aktuell erleben, herbeigeführt haben.

Wenn ich bei meinen Seminaren und Konferenzen über dieses Thema zu sprechen beginne, bekomme ich häufig Kommentare folgender Art zu hören:

“Also bin ich es, die sich einen gewalttätigen Vater ausgesucht hat.”

“Aber ein Kind, das behindert geboren wird, hat doch sicher nicht selbst Schuld daran.”

“Wenn mein Mann seine Arbeit verloren hat, so lag das daran, dass die Fabrik, in der er gearbeitet hat, geschlossen wurde. Das hat doch nichts mit ihm zu tun.”

“Das ist ja noch schöner. Ich soll also Schuld an meinen Rückenschmerzen haben.”

“Ich hätte nicht gedacht, dass man bei sich selbst Krankheiten hervorrufen kann.”

“Das ist doch total ungerecht. Mein Sohn, der niemals jemandem etwas zuleide getan hat, ist das ganze Leben lang behindert, und die Kriminellen sind bei bester Gesundheit.”

Mein zweiter Vater sagte immer: *“Es gibt nur eine gerechte Sache auf der Erde, und das ist der Tod.”*

All diese Gedanken drücken ein Unverständnis dieses großen Gesetzes der Verantwortung aus, das sehr häufig mit Schuld verwechselt wird. Deshalb ist es auch für viele Menschen so schwer zu akzeptieren, weil sie den Zusammenhang folgendermaßen sehen: *“Wenn ich diese Situation oder Krankheit selbst herbeigeführt habe, ist es also meine Schuld, dass ich bedrückt oder krank bin.”*

Dieses falsche Verständnis des Gesetzes der Verantwortung hat bei vielen von uns mit Sicherheit seine Wurzeln in der religiösen Erziehung, die wir genossen haben. In der jüdisch-christlichen Religion wird uns beigebracht, auf eine höhere Macht zu vertrauen, die Gott genannt wird. Wenn wir nach seinen Geboten handeln und gute Taten vollbringen, wird uns versprochen, dass wir dafür im Laufe unseres Lebens oder nach dem Tod belohnt werden. Und wenn wir seine Gebote oder die der Kirche nicht beachten, wird uns gedroht, dass wir bestraft werden!

Daher kommt es, dass es seit der Zeit unseres Religionsunterrichts unser erster Reflex ist, sobald uns beispielsweise aus ungeklärtem Grund ein Ziegelstein auf den Kopf fiel, uns zu fragen: *“Was um Himmels willen habe ich nur gemacht, dass mir das passieren musste?”* Oder aber wir suchten einen anderen Verantwortlichen außerhalb von uns, den wir zum *“Sündenbock”* machen konnten. Wann immer wir unter einer Situation litten, haben wir uns daher selbst die Schuld zugeschrieben, weil wir glaubten, es verdient zu haben, oder aber andere oder sogar Gott angeklagt, dafür verantwortlich zu sein.

Wenn ich also sage, dass verantwortlich sein bedeutet, uns als den Schöpfer dessen zu akzeptieren, was wir erleben, so heißt das nicht, dass wir absichtlich angenehme oder unangenehme Situationen herbeigeführt haben. Vielmehr bedeutet es, zu akzeptieren und anzuerkennen, dass unsere Gedanken, Gefühle und inneren Einstellungen sowie die Lektionen, welche wir im Laufe unserer Entwicklung lernen müssen, die glücklichen und unglücklichen Situationen herbeigeführt haben, die wir in der Vergangenheit erlebt haben oder gegenwärtig erleben. Ich wiederhole den Satz bewusst.

Das Gesetz der Verantwortung hat also nichts mit Belohnung oder Bestrafung zu tun, mit Glück oder Pech, mit Gerechtigkeit oder Ungerechtigkeit oder gar mit Schuld. Es stellt nur eine Kettenreaktion nach dem Ursache-Wirkungs-Prinzip dar.

Sind wir denn nicht frei,

- eine Überzeugung zu vertreten oder abzulehnen?
- die Worte zu wählen, mit denen wir uns ausdrücken?
- ein Wort oder eine Situation zu deuten?

Sind wir denn nicht frei,

- zu lieben oder zu hassen?
- anzuklagen oder zu verstehen?
- Böses oder Gutes zu sagen?

Sind wir denn nicht frei,

- der Wahrheit ins Auge zu sehen oder uns anzulügen?
- zu reagieren oder zu agieren?
- die Angst weiter zu schüren oder Vertrauen zu schenken?

Doch, wir haben die Freiheit über

- unsere Gedanken,
- unsere Gefühle,
- unsere Überzeugungen,
- unsere inneren Einstellungen,
- unsere Entscheidungen.

Und obwohl wir diese ganze Freiheit haben, können wir den Folgen dessen, was wir beschließen zu sagen, zu tun oder zu glauben, nicht entrinnen.

Vielleicht sind Sie jetzt bereit, die Auswirkungen Ihrer Entscheidungen und deren Folgen zu akzeptieren. Aber vielleicht denken Sie auch: “Wenn eine Person im Auto unterwegs ist und ein anderer Fahrer fährt voll in sie hinein, hat sie doch sicher nicht beschlossen, einen Unfall haben zu wollen?” Nein, das ist richtig. Trotzdem, was ist wohl vor dem Unfall passiert, damit sich diese Person in einem solchen Zusammenhang wiederfindet?

Schauen wir uns einmal eine Situation an, die ich im Alter von 11 Jahren erlebt habe. Eines schönen Sommertages erzählte mir meine Schwester, dass sie mit einer älteren Freundin einen Fahrradausflug mache. Ich ging daraufhin zu meiner Mutter und bat sie, die beiden begleiten zu dürfen. Aber meine Mutter antwortete: *“Das kommt gar nicht infrage. Du bist noch zu jung und bleibst hier.”* Für mich war das überhaupt nicht logisch, denn meine Schwester war nur ein Jahr älter als ich.

Heimlich schnappte ich mir also mein Fahrrad und machte mich auf, den anderen beiden zu folgen. Auf der Hinfahrt ging alles gut. Auf der Rückfahrt fing es dann zu regnen an. Plötzlich sprang meine Kette heraus. Um keine Zeit zu verlieren, gab mir Luce, die ältere Freundin meiner Schwester, ihr nagelneues Fahrrad und sagte: *“Ich werde deine Fahrradkette wieder reparieren und komme euch dann nach.”* So rollten wir eine hinter der anderen auf der Landstraße entlang. Auf der regennassen Fahrbahn kam ein Fahrzeug ins Schleudern und rammte mich. Ich flog einige Meter weit gefährlich durch die Luft und landete auf der Fahrbahn. Ich trug eine leichte Gehirnerschütterung, eine Verstauchung des linken Knöchels und einen Muskelriss des Pomuskels davon und war reif für eine gute Woche Krankenhausaufenthalt.

Warum hatte dieser Wagen nicht meine Schwester oder unsere Freundin Luce angefahren? Warum mich? Warum waren diese Körperteile bei mir betroffen und keine anderen? Mit dem Abstand, den ich heute zu diesem Ereignis habe, kann ich leicht die Verbindung zwischen meinem Schuldgefühl, meiner Mutter nicht gehorcht zu haben, und dem Unfall sehen. Ich hatte meinen Kopf durchgesetzt und hatte eine Gehirnerschütterung. Ich hatte mich schuldig gefühlt dafür, dass ich an den Strand gefahren war und die Autorität meiner Mutter herausgefordert hatte, und hatte eine Bänderzerrung am Knöchel. Und außerdem hatte ich Angst, dass mir mein Bruder den Hintern versohlen würde. Ich hatte mir selbst durch mein Schuldgefühl den Hintern versohlt bzw. mir einen Muskelriss im linken Pomuskel zugezogen.

Man könnte sich auch fragen, warum die Kette an meinem Fahrrad herausgesprungen war. War dies eine erste Manifestation meines Schuldgefühls, weil mich das am Weiterfahren gehindert hätte?

Dieselbe Gedankenfolge könnte uns auch auf die Frage bringen, warum es das Fahrrad von Luce war, das beschädigt wurde, und nicht meines. Hatte sich Luce vielleicht schuldig gefühlt, weil sie mit einem nagelneuen, teuren Fahrrad fuhr und meine Schwester und ich nur alte Fahrräder hatten? Auch wenn ich das heute nicht mehr nachprüfen kann, bin ich sehr verleitet, das zu glauben.

Nichts ist die Frucht des Zufalls.

Diese große Weisheit wird bisweilen manipuliert. Beispielsweise von Anführern von Gruppen oder Vereinigungen, die sich ihrer bedienen, um ihre Anhänger zu beeinflussen: *“Es gibt keinen Zufall. Wenn du hier bist, ist das*

deswegen, weil du uns brauchst.” Es ist zwar wahr, dass es keine Zufälle gibt, aber wie man diese Wahrheit dann deutet, ist nicht unbedingt die einzige und beste Auslegungsmöglichkeit. Möglicherweise befindet sich eine Person in einer Gruppe, um Nein sagen zu lernen oder um ihre Urteilsfähigkeit auf die Probe zu stellen.

Buddha selbst hat einmal gesagt:

“Glaubt mir nicht, überprüft alles und probiert es selbst aus.

*Und wenn ihr für euch selbst herausgefunden habt,
dass etwas für euch gut und förderlich ist, dann folgt ihm.*

*Und wenn ihr für euch selbst herausgefunden habt, dass etwas für euch
nicht gut und nicht förderlich ist, dann lasst es bleiben.”*

Kann ein Schuldgefühl die Ursache von Unfällen oder anderen Formen der Selbstbestrafung sein? Beobachten Sie und ziehen Sie Ihre eigenen Schlüsse. Wenn Sie schon einmal einen Unfall hatten, können Sie überprüfen, was vor dem Unfall bei Ihnen abgelaufen ist. Ein Unfall, bei dem die Füße oder Beine verletzt werden, kann ohne Weiteres in einem Zusammenhang mit einem Schuldgefühl stehen, einer Person entinnen zu wollen, die uns zurückzuhalten versucht, außer wenn wir selbst uns weigern vorwärtszukommen. Ein Unfall, bei dem die Finger verletzt werden, kann auf eine Verbindung mit einer perfektionistischen Ader von uns hinweisen. Wir können uns schuldig fühlen, weil wir eine Arbeit zu schnell oder nicht sorgfältig genug ausgeführt haben.

Die Körpersymbolik kann uns helfen, den Zusammenhang zwischen dem Unfall und den Gefühlen herzustellen, die wir davor hatten. Wenn Sie also in Zukunft einen Unfall haben sollten, fragen Sie sich, ob Sie sich wegen irgend etwas schuldig fühlten oder in einer Situation waren, aus der Sie keinen Ausweg sahen. Dieser Unfall half Ihnen dann, sich aus dieser Situation zu befreien. Unsere Schuldgefühle manifestieren sich aber nicht nur in Form von Unfällen. Sie können unser Leben vergiften, unsere Gesundheit oder unsere Erfolgsmöglichkeiten zerstören, uns Verluste und Misserfolge erleben lassen und uns am Glückselbst sein hindern. Im Kapitel “Schuldgefühle und ihre Auswirkungen” werden wir noch näher auf dieses Thema eingehen.

Vielleicht sind Sie jetzt bereit, die Konsequenzen Ihrer Entscheidungen zu akzeptieren. Vielleicht sind Sie jetzt überzeugt, dass es keine Zufälle hinsichtlich der Ereignisse gibt, mit denen wir konfrontiert werden (z. B. Unfälle). Können Sie akzeptieren, dass ein Schuldgefühl die eine oder andere Form von Selbstbestrafung auslösen kann, die sich in Form von Verlusten, dem Zerschlagen von

Gegenständen, die wir besitzen, oder bestimmten Krankheiten manifestiert? Können Sie gelten lassen, dass auch andere mentale Einstellungen, Gefühle und Emotionen ebenfalls Auswirkungen auf unser Leben haben können? Dann sollte ich an dieser Stelle ein paar Worte über die Schwingungsfrequenzen verlieren.

Was sind Schwingungsfrequenzen?

Eine Frequenz kann definiert werden als die Anzahl gleicher Zyklen eines Phänomens je Zeiteinheit. So ist die Atmungsfrequenz beispielsweise nichts anderes als die Anzahl von Atemzyklen pro Minute. Oder wenn wir von Hertz reden, so sind das die Frequenzeinheiten, die einem Schwingungszyklus pro Sekunde entsprechen. Häufig ist beispielsweise im Zusammenhang mit Radiosendern davon die Rede, dass sie auf einer Frequenz von 102,4 Megahertz senden. Strahlt ein Radiosender ein Programm, bei dem unser Lieblingssänger eingeladen ist, auf einer Frequenz von 105,8 Megahertz aus, so müssen wir unseren Empfänger unbedingt genau auf dieselbe Frequenz einstellen, um die Sendung empfangen zu können. Stellen wir ein bisschen mehr oder ein bisschen weniger ein, dann verstehen wir nichts von der Unterhaltung. Dasselbe Prinzip gilt für Gesundheit oder Krankheit.

Jeder Gedanke, jedes Gefühl, jede Empfindung, die wir haben, schwingt mit einer bestimmten Frequenz, die wir mit einem Sender vergleichen können. Unser Gehirn kann mit einem Übertragungsgerät, ähnlich einem Radio, verglichen werden. Es empfängt das, was von dem Sender ausgestrahlt wurde, auf dessen Frequenz wir uns durch unsere Frequenzwahl einstellen.

Nehmen wir einmal an, eine Ihrer Nachbarinnen würde Sie besuchen und zu Ihnen sagen: "Sie haben wirklich Glück. Jedes Mal, wenn ich zu Ihnen in Ihre Wohnung komme, höre ich nur schöne, angenehme Melodien in Ihrem Radio. Bei mir zu Hause höre ich im Radio immer nur schlechte Nachrichten, die mich beunruhigen, und Musik, die mich verrückt macht." Würden Sie ihr antworten, dass Sie wirklich Glück haben und sie tatsächlich Pech? Bestimmt nicht. Denn Sie wissen ganz genau, dass das Glück oder der Zufall nichts damit zu tun haben. Sie würden ihr vielleicht eher antworten: "Sie müssen einfach nur einen anderen Sender oder eine andere Frequenz einstellen."

Wenn wir krank oder unglücklich sind oder ständig unangenehme Situationen erleben, ist das keine Frage des Pechs, des Zufalls oder einer Bestrafung

durch Gott. Es ist nur das Ergebnis der Frequenz, auf die wir uns eingestellt haben. Es geht dann darum, von einer negativen Frequenz auf eine positive umzuschalten. Danach können wir das Verschwinden von Leiden, Schmerzen oder einer Krankheit beobachten, die Verwandlung einer schwierigen Situation oder die Verbesserung unserer Beziehungen zu anderen.

Schauen wir uns einmal ein Beispiel an: Ich beauftrage eine Spezialfirma für den Transport von Musikinstrumenten mit dem Umzug meines schwarz lackierten Klaviers. Beim Transport macht ein Angestellter der Firma eine falsche Bewegung, die dazu führt, dass das Klavier umkippt und auf einer Seite völlig zerkratzt wird. Ich schäume vor Wut. Ich nehme mir einen Verantwortlichen der Firma vor und verlange Schadensersatz. Ich bin gleichzeitig sauer und traurig, denn das Klavier hatte mir mein Vater hinterlassen. Mein Gefühlsausbruch hat mich völlig ausgelaugt und meiner ganzen Energie beraubt. Und am nächsten Tag bekomme ich dann einen jener unschönen Ausschläge auf der Oberlippe und darüber hinaus eine Eruption kleiner Pickel an den Armen.

Die Firma holt mein Klavier wieder ab und gibt es zur Reparatur in die Hände von erfahrenen Restauratoren. Danach ist es wieder wie neu. Ich habe keinen Grund mehr, wütend zu sein, und bin mit dem geleisteten Service sogar zufrieden. Ich akzeptiere die Entschuldigung der Firma, dass das Dinge sind, die einfach passieren können. Die Pickel verschwinden wieder und der Ausschlag heilt ab. Meine Energie kehrt zurück. Und ich bin nicht mehr auf die Frequenz "Wut" eingestellt.

Die Schwingungsfrequenzen können also hoch oder niedrig sein.

- Hohe Schwingungsfrequenzen haben Wohlbefinden, Harmonie, Glück und Gesundheit zur Folge.
- Niedrige Schwingungsfrequenzen führen zu Unwohlsein, Leiden und Krankheit.

Genauer gesagt müsste man daher eigentlich den Begriff "Harmonie" für die Bezeichnung des Zustands der Gesundheit benutzen und den Begriff "Disharmonie", um auf die Abwesenheit von Harmonie hinzuweisen, welche den Zustand kennzeichnet, den wir Unwohlsein oder Krankheit nennen. Heilung ist damit nichts anderes als die Rückkehr zum Zustand der Harmonie.

Denken Sie immer daran, dass es Ihnen freisteht, sich auf die eine oder andere Frequenz einzustellen.

Das Ziel dieses Buches ist es, Ihnen dabei zu helfen, die niedrigen Schwingungsfrequenzen zu erkennen, um sie steigern zu können und damit eine echte Heilung zu erzielen – nicht nur eine vorübergehende Linderung oder das Verschwinden eines Symptoms.

Wenn wir einmal richtig verstanden haben, wie die Schwingungsfrequenzen funktionieren, können wir auch verstehen, wie wir auf dieser Welt eine bestimmte Erkrankung oder ein bestimmtes Leiden verursachen können. Dasselbe gilt für die verschiedenen Ereignisse in unserem Leben.

Wer hat nicht schon einmal beobachtet, dass die Menschen, die Angst vor Hunden oder Katzen haben, sie immer wieder anziehen?

Angstgefühle haben eine Schwingungsfrequenz, die in unserer Welt den Gegenstand unserer Angst ins Leben ruft, denn die Angst lässt uns Dinge tun, die zur Materialisierung dessen führen, was wir befürchten.

Meine Mutter hatte mir den Fahrradausflug verboten, weil sie Angst hatte, dass mir etwas zustoßen könnte. Aber es war nicht ihre Angst, die meinen Unfall verursacht hat, sondern mein Schuldgefühl. Trotzdem ist in Bezug auf meine Mutter genau das eingetreten, was sie befürchtet hatte.

Wenn wir Angst haben, eine geliebte Person zu verlieren, führt diese Angst dazu, dass wir eine allzu beschützende Haltung einnehmen, die die Freiheit des anderen einschränkt. Der andere bekommt das Gefühl zu ersticken und verlässt uns, um wieder frei atmen zu können. Damit ist genau das passiert, wovor wir am meisten Angst hatten.

Wir sind also jetzt an dem Punkt angelangt, an dem wir akzeptieren, dass die Schwingungsfrequenzen, auf die wir uns einstellen, das bestimmen, was wir erleben. Und das gilt sowohl hinsichtlich unserer Gesundheit und unserer Beziehungen zu anderen als auch in Bezug auf die verschiedenen Ereignisse, die in unserem Leben eintreten.

Denken wir einmal an ein Kind, das mit einer angeborenen Fehlbildung, wie etwa einer Augenschwäche (Star) oder Diabetes, auf die Welt kommt. Greift da die Theorie der Schwingungsfrequenzen immer noch? In gewissem Sinne ja. Versuchen wir zunächst einmal zu verstehen, warum ein Kind krank oder behindert auf die Welt kommt.

Wenn die Schwingungsfrequenzen in unserem Leben allgegenwärtig sind, dann deutet das auf eine gewisse Kontinuität hin. Sie ändern sich zwar von einem Moment zum anderen, gehen aber ständig ineinander über und stellen so eine Art Kettenreaktion dar.

Beispielsweise kann derselbe Radiosender um sieben Uhr Nachrichten senden, um acht Uhr lebhaftere Musik zum Aufwachen, um neun Uhr ein Interview, um zehn Uhr wieder Nachrichten, um zehn Uhr dreißig sanftere Musik etc. Bei diesem Radiosender gehen die verschiedenen Sendungen ineinander über und erlauben es ihm so, ein fortlaufendes Programm zu senden. Wir können hier also von Kontinuität sprechen.

Und ist unser Leben nicht eine Verkettung von angenehmen oder unangenehmen Ereignissen?

Hört diese Kontinuität nun im Moment unseres Todes durch den Zerfall unseres physischen Körpers auf? Nein, sie geht weiter, aber auf Ebenen, die wir mit unseren physischen Augen nicht sehen können. Genau wie unser Radiosender weiter sein Programm aussendet, auch wenn wir das Radio abgeschaltet haben oder wenn es nicht mehr in der Lage ist, das zu empfangen, was der Sender ausstrahlt.

Sehen wir uns nun an, was bei dem Phänomen passiert, das wir Tod nennen. Das ist ein Begriff, der aus der Unkenntnis, nicht aus dem Wissen heraus geboren wurde. Denn in Wirklichkeit stirbt nichts, sondern besteht nur in der einen oder anderen Form weiter. So kehren beispielsweise die Blätter, die ihren Zyklus erfüllt haben, in die Erde zurück, um in der Folge als Dünger für den Baum zu dienen, der wiederum neue Blätter hervorbringt.

Wenn wir also unsere fleischliche Hülle verlassen, die wir den physischen Körper nennen und die in Wirklichkeit nichts anderes ist als eine materielle Verkleidung oder ein materielles Vehikel, das in einer materiellen Welt funktioniert, verlassen wir auch diese Welt. Wenn ich beispielsweise mein Auto stehen lasse, um in ein Flugzeug zu steigen, bin ich deshalb auch nicht tot, denn das Flugzeug bewegt sich nur durch die Lüfte. Dasselbe gilt auch für unsere anderen Vehikel. Jedes funktioniert in der Welt, die für dieses Vehikel geeignet ist.

Zu den bekanntesten Vehikeln, die uns zur Verfügung stehen, zählt zum einen das *physische Vehikel*, das unserem Körper aus Fleisch und Blut und der materiellen Welt entspricht. Dann kommt unser Astralkörper, der unseren Empfindungen, Emotionen und Gefühlen entspricht und in der Astralwelt funktioniert, die wir auch Traumwelt nennen. Die Astralwelt ist weder räumlich noch zeitlich begrenzt. Sie ist eine Welt der angenehmen oder unangenehmen Empfindungen, die manche Religionen auch als "Himmel" bezeichnen, wenn damit die angenehmen Zustände bezeichnet werden, oder als "Hölle", wenn damit die unangenehmen Zustände gemeint sind. Schöne Träume werden mit dem Himmel assoziiert und Albträume mit der Hölle.

Danach kommt die mentale Welt mit einem Vehikel, das aus den Gedanken besteht. In dieser Welt gibt es keine angenehmen oder unangenehmen Empfindungen, sondern nur den schöpferischen Gedanken. Wir können in dieser Welt ausschließlich auf der Gedankenebene funktionieren. Durch Verwendung unseres kreativen Gedankens können wir dieses Vehikel perfektionieren, um auf diese Welt einzuwirken.

Zuletzt kommt noch die Kausalwelt. Das ist die Welt der Ursachen, die die Wirkungen erzeugen. Auch um sich in dieser Welt zu bewegen, ist ein Vehikel nötig. Die allermeisten Lebewesen auf der Erde können dieses Vehikel jedoch noch nicht benutzen. Sie dringen in diese Welt im latenten Zustand ein. Genauso wie der Samen eines Baums in Form des Keimlings in die Erde zurückkehrt, bis der Keim durch die Lebensenergie neu aktiviert wird. Dasselbe gilt für die Lebewesen.

Die Meister, die im Vollbesitz ihres kausalen Vehikels sind, können materielle Dinge dematerialisieren und wieder materialisieren, da sie in der Lage sind, die Ursachen zu erzeugen und sie zu verwandeln. Das war bei Jesus Christus so und war in unserer Zeit bei dem großen spirituellen Meister Sai Baba so, der in Südindien lebte.

Was passiert also im Moment des Todes?

Genau dasselbe wie beim Schlafen, allerdings mit einer Ausnahme. Beim Schlafen bleiben wir über das, was im Allgemeinen die "Silberschnur" genannt wird, mit unserem Körper verbunden. Diese Schnur spielt dieselbe Rolle wie die Nabelschnur, die die Mutter mit dem Kind verbindet. Über diese Schnur wird das Kind mit Nahrung versorgt und in der Welt der Gebärmutter am Leben erhalten. Genauso dient die Silberschnur zur Versorgung der Materie, aus der unser physischer Körper besteht, mit Energie und Leben. Wenn diese Schnur teilweise durchtrennt wird, führt dies zu einem Koma. Wenn sie völlig abreißt, wird der physische Körper nicht mehr mit Lebensenergie versorgt und seine Materie, die ein wohlorganisiertes Ganzes bildete, gerät in Unordnung und löst sich auf. Das ist es, was wir Tod nennen: das Abreißen der Schnur und Unordnung, was gleichbedeutend ist mit der Verwesung des Körpers. Aber das Leben ist damit nicht gestorben, das Leben ist ewig, es geht nur in einer Welt mit einer anderen Schwingung weiter.

Unser physischer Körper kann mit einem batteriebetriebenen Spielzeug verglichen werden. Wenn die Batterie voll aufgeladen ist, funktioniert das Spielzeug in jeder Hinsicht bestens. Wenn die Batterie leerer wird, funktioniert auch das Spielzeug langsamer. Und wenn die Batterie leer ist, bleibt es unbeweglich stehen.

Das bringt uns auf die Rolle des Schlafs zurück. Der Schlaf ist unsere Zeit der Unbeweglichkeit, in der unsere Batterie wieder aufgeladen wird. Deshalb ist Ruhe auch so wichtig. Wenn wir sagen, dass eine Person "ausgebrannt" ist, heißt das, dass sie sich nicht genügend Zeit zum Wiederaufladen ihrer Energien gelassen hat. Sie hat am Ende ihre Batterie so weit aufgebraucht, dass sie nicht mehr auf vollen Touren laufen kann.

Unser Energieabfall am Abend erinnert uns daran, dass wir wieder auftanken müssen. Wir gehen schlafen. Aber wo gehen wir hin, während unser Körper im Bett liegt? Wir benutzen unser astrales Vehikel zum Herumreisen in der Astralwelt.

Je nachdem, auf welche Schwingungsfrequenzen wir uns beim Einschlafen eingestimmt haben, finden wir die entsprechenden Elemente in dieser Welt. Wenn wir glücklich und friedlich eingeschlafen sind, erleben wir Gefühlszustände auf derselben Frequenz. Empfinden wir hingegen Angst, Furcht oder Hass, können wir Gefühlszustände erleben, die an Alpträume grenzen. Wir verweilen eine bestimmte Zeit in dieser Welt, verlassen sie dann und treten in die mentale Welt ein. Wenn wir nicht über das entsprechende Vehikel verfügen, verweilen wir dort im latenten Zustand, d. h. im Wartezustand. Besitzen wir hingegen ein organisiertes Vehikel, können wir dort arbeiten, lernen, Projekte angehen, alles mit Hilfe unserer Gedanken.

Anschließend verlassen wir auch diese Welt und begeben uns in die kausale Welt. Jede Erfahrung, die aus der materiellen, astralen oder mentalen Welt hierher mitgebracht wird, hinterlässt in der kausalen Substanz einen Abdruck, bis sie wieder von neuem reaktiviert wird. Deshalb sagt man auch, unsere Zukunft werde in der Nacht oder im Moment unseres Todes programmiert, d. h. vor dem Verlassen der Welt der Materie.

Sehen wir uns einmal ein konkretes Beispiel an, um zu verstehen, warum ein Kind behindert oder mit Erkrankungen auf die Welt kommt.

Marie fühlt sich von ihrem Vater vernachlässigt. Eines Tages bleibt ihr Vater von der Arbeit zu Hause, um sich um sie zu kümmern, weil sie krank ist. Normalerweise ist er fast immer weg. Marie versteht also, dass man sich um sie

kümmert, wenn sie krank ist. In der Folge bekommt sie eine Krankheit nach der anderen, um die Aufmerksamkeit der Menschen auf sich zu ziehen, die sie liebt. Das geht so weit, dass sie ein sehr hartnäckiges Asthma entwickelt, aufgrund dessen sie ins Krankenhaus eingeliefert wird. Da sie sich in ihrem Krankenzimmer wieder ganz verlassen fühlt, schlägt dieses Asthma in schwere Atembeschwerden um, denen sie schließlich erliegt. Marie "stirbt", sie tritt in die astrale Welt ein, anschließend in die mentale und zuletzt in die kausale.

Diese "Seele" hatte sich zum Erregen der Aufmerksamkeit der Manipulation bedient und hatte nicht wirklich verstanden, dass Liebe den Respekt der Freiheit mit einschließt. Wenn diese "Keim-Seele" wieder reaktiviert wird, wird sie sich in mentale, kausale und physische (materielle) Substanz einhüllen, die wir je nach ihrem Entwicklungsstadium Embryo, Fötus oder Baby nennen.

Dieses Baby ist die Fortsetzung dessen, was Marie erlebt hat. Nehmen wir einmal an, dieses Baby fände sich erneut in einem weiblichen Körper wieder, dem man den Namen Julie gegeben hätte. Julies Eltern streiten häufig und sie fühlt sich in dieser Situation links liegen gelassen. Die beiden sind in diesen Situationen so in ihren Hass und ihr Leiden verstrickt, dass sie das Gefühl hat, für sie nicht zu existieren. Dann eines Tages bekommt sie einen epileptischen Anfall. Die Eltern sind beunruhigt und wenden sich ihr zu. Mit diesen epileptischen Anfällen kann sie gleichzeitig die Aufmerksamkeit auf sich gerichtet halten und den ständigen Streit zwischen den Eltern unterbinden. So treibt Julie das Szenario dieser Krankheit zunächst mit ihren Eltern und dann mit ihrem Ehemann immer weiter. Er wendet sich schließlich von ihr ab, weil er sich machtlos fühlt und ihre epileptischen Anfälle nicht länger ertragen kann. Danach konzentriert sie sich auf ihre Kinder und versucht, diese über ihre Krankheit zu manipulieren, damit sie sich um sie kümmern. Ihre inzwischen erwachsenen Kinder reden miteinander und beschließen, sie in ein Heim zu geben. Sie fühlt sich wieder verlassen, ist frustriert über das Leben und wütend auf ihren Mann sowie ihre Kinder. Sie stirbt mit Wut im Herzen gegen das Leben und die Menschen, die sie enttäuscht haben.

Julie kommt dieses Mal aufgrund ihrer Schwingungen der Wut und Empörung in den Bereich der niedrigen Frequenzen in der Astralwelt. Anschließend verweilt sie im Mentalkörper und dann im Kausalkörper.

Wieder wird der Keim reaktiviert und hüllt sich in mentale, astrale und physische Substanz ein. Das Vehikel dieser "Seele" ist dieses Mal männlich und heißt Jean-Pierre. Er kommt mit einer angeborenen Ataxie zur Welt, die

dazu führt, dass er schon von klein auf an einen Rollstuhl gefesselt ist. Er wird in ein Heim gegeben. Dort kann er sich freundlich gegenüber seiner Umwelt zeigen oder rebellieren und aggressiv sein. Sein Verhalten wird für seinen Aufenthalt in der physischen Materie sowie für seine weitere Entwicklung entscheidend sein.

Wenn Jean-Pierre den Weg der Rebellion angesichts seiner Situation wählt, wird ihm das nichts Positives für seine weitere Entwicklung bringen, und seine weitere Existenz verbessert sich nicht. Seine Möglichkeiten tendieren stattdessen immer mehr in Richtung einer Verschlechterung seiner Situation. Schlägt er hingegen den Weg der Freundlichkeit ein und lässt er zu, dass sich seine Gedanken trotz seiner eigenen Behinderung anderen zuwenden, um sie zu ermutigen und ganz für sie da zu sein, ohne sie in irgendeiner Weise zu manipulieren, sondern indem er ihnen ihre volle Freiheit lässt, dann könnte seine Kontinuität die eines Babys sein, das vor Gesundheit nur so strotzt und dem volle Aufmerksamkeit geschenkt wird. Das lässt uns verstehen, warum manche Behinderten einen so beispielhaften Mut und eine solche Entschlossenheit an den Tag legen. Aber Achtung: Wir dürfen solche Lehren natürlich nicht verallgemeinern und behaupten, dass alle Personen, die unter Epilepsie oder Ataxie leiden, nur Aufmerksamkeit auf sich lenken wollen. Was für eine Person stimmen kann, kann für eine andere total falsch sein. Vergessen wir nie, dass dieselbe Krankheit immer ganz verschiedene Ursachen haben kann.

Die Metamedizin interessiert sich daher für mehr als nur für die Heilung des physischen Körpers einer Person. Sie zielt auf die Integration der Lektion des betroffenen Wesens in seine Entwicklung ab. Aus diesem Grund kann man nicht von jetzt auf nachher zu einem metamedizinischen Therapeuten werden. Zu viele Kenntnisse und Erfahrungen sind dafür nötig, die sich erst mit den Jahren einstellen, je mehr Zeit und Liebe wir auf diese Wissenschaft verwenden. Denn man kann tatsächlich von einer Wissenschaft reden, allerdings von einer, bei der mehr die Seele als der Körper im Mittelpunkt steht.

Wir haben also inzwischen eine gute Vorstellung vom ersten Teil des Gesetzes der Verantwortung, das im Akzeptieren der Tatsache besteht, dass nichts die Frucht des Zufalls ist. Alles hat seine Daseinsberechtigung. Und je nach den Schwingungsfrequenzen, die von unseren Gedanken, Überzeugungen, Empfindungen, Gefühlen, Worten, die wir aussprechen, und Lektionen, die wir lernen müssen, erzeugt werden, werden wir in unserer Welt mit den entsprechenden Ereignissen oder Umständen konfrontiert.

Haben wir diesen ersten Teil erst einmal voll integriert, können wir nicht mehr die Rolle des Opfers spielen und sagen: *“Das ist nicht meine Schuld.”* Oder: *“Ich habe einfach kein Glück gehabt.”* Wir können auch nicht die Rolle des Richters einnehmen, der einen Schuldigen zu finden versucht, den er anklagen kann: *“Das ist seine Schuld, dass ich Magengeschwüre bekomme. Er hört immer nur die schlechten Nachrichten und das beunruhigt mich.”*

“Er oder sie haben mich so in Rage versetzt.”

“Mein Vater hat mein Leben zerstört.”

“Meine Mutter hat mich nie geliebt. Das ist der Grund, warum ich nie wirklich glücklich sein kann.”

Das Gesetz der Verantwortung hat zur Folge, dass es keine Opfer und keine Scharfrichter mehr gibt. Sie können daher keinen anderen mehr beschuldigen, für das verantwortlich zu sein, was Sie erleben, denn es gibt notgedrungen etwas in Ihnen, was Sie auf diese Weise reagieren lässt oder dass den anderen dazu bringt, Sie so zu behandeln, wie er es tut. Der andere ist häufig nur der Spiegel unserer selbst. Der eine kann seine Wut unterdrücken, während der andere sie gewaltsam herauslässt, aber beide sind im Kreislauf der Wut gefangen.

Das heißt natürlich nicht, dass wir nicht reagieren oder nichts unternehmen sollten, wenn wir sehen, wie ein Vater oder eine Mutter ihr Kind misshandelt, oder wenn Menschen, die leiden, gewalttätig werden. Wir sollten auch nicht dabei zusehen, wie ganze Völker durch Völkermord ausgelöscht werden. Wenn wir eine persönliche Verantwortung für unsere Gesundheit und unser Glück haben, haben wir auch eine kollektive Verantwortung.

Es gibt da eine Geschichte, dass eines schönen Tages das Gehirn, die Lungen und das Herz miteinander stritten, wer wohl von ihnen die wichtigste Rolle spiele. Das Gehirn sagte: *“Das ist doch ganz klar. Ich bin das Wichtigste. Ich gebe die Befehle aus.”* Doch die Lungen erwiderten: *“Aber ohne Luft funktionierst du doch gar nicht. Deshalb sind wir der wichtigste Teil des Körpers.”* Doch das Herz sagte: *“Aber ohne mich zirkuliert deine Luft nicht und ihr wärt beide schon längst erstickt.”* Der After hatte ihrem Streit zugehört, verschloss sich und sagte: *“Wenn ihr euch einig geworden seid, mache ich dann wieder auf.”* Diese kleine Geschichte zeigt uns, dass ein Organismus vor allem eine Gesamtheit von Bestandteilen ist. Und sobald ein Organ betroffen ist, hat das immer Auswirkungen auf den gesamten Organismus.

Die Erde ist ebenso ein Organismus wie unser Körper. Wir haben deshalb eine Verantwortung gegenüber dem Ganzen. Wenn wir in Harmonie mit uns

selbst und unserer Umwelt leben, spiegelt unser Körper dies mittels seines Gesundheitszustandes wider, da alle Zellen zur Harmonie und damit zur Gesundheit streben. Daraus können wir also schließen, dass es unsere Aufgabe ist, die Verantwortung für unsere Gesundheit und unser Glück zu übernehmen.

Doch bevor wir dieses Kapitel abschließen, möchte ich noch auf einen zweiten, keinesfalls zu vernachlässigenden Aspekt dieses großen Gesetzes der Verantwortung hinweisen. Wenn wir also bereit sind anzuerkennen, dass wir eine bestimmte Situation erzeugt oder ein bestimmtes Ereignis in unserem Leben angezogen haben, und wir gleichzeitig glauben, dass dieses Ereignis "nicht geeignet" oder schlecht war, hat dies zur Folge, dass wir uns dafür kritisieren und so wieder ein Schuldgefühl bei uns auslösen. Wenn wir aber verstehen lernen, dass es unsere inneren Einstellungen sind, die diese Ereignisse erzeugen, können wir sie infolgedessen akzeptieren, ohne uns dafür schuldig zu fühlen. Denn diese Einstellungen sind eng verbunden mit den Lektionen, die wir für unsere Entwicklung zu lernen und umzusetzen haben.

Der zweite Teil dieses Gesetzes besteht im Akzeptieren der Tatsache, dass die erzeugte Situation, das durchstandene Erlebnis, auf dem Weg zu unserer Entwicklung notwendig war. Wir können also sagen: Was immer wir erlebt haben, welche Krankheit uns auch niedergestreckt hat und welches tragische Ereignis wir auch durchmachen mussten, wir haben all diese Dinge gebraucht, um wichtige Lektionen für unsere Entwicklung zu lernen. Wenn ich nicht all das erlebt hätte, mit dem ich mich auseinandersetzen musste, dann hätte ich höchstwahrscheinlich nie dieses Buch geschrieben und hätte nie das Glücksgefühl gekannt, das ich beim Schreiben empfinde.

Alles ist perfekt an den Lektionen des Lebens, die wir lernen und assimilieren müssen, auch wenn wir uns das häufig erst dann eingestehen können, wenn wir einigen Abstand zu dem Ereignis gewonnen haben. Dieses Eingeständnis gibt uns sehr viel mehr Flexibilität im Leben, insbesondere in Bezug auf die Situationen und Menschen, denen wir begegnen.

Das Anerkennen, dass alles perfekt ist, bedeutet jedoch nicht, dass wir uns nun passiv zurücklehnen, den Dingen ihren Lauf lassen und nicht mehr reagieren sollten. Ganz im Gegenteil. Es heißt, als verantwortungsbewusste Wesen zu handeln und weniger den Weg der Auflehnung oder der passiven Hinnahme zu wählen. Denn passive Hinnahme bedeutet nichts anderes, als seine Arme sinken zu lassen, weil man glaubt, sich in sein Schicksal ergeben zu müssen, an dem man nichts ändern kann.

Als verantwortungsbewusstes Wesen zu handeln, bedeutet hingegen:

- uns als den Schöpfer dessen, was wir erleben, zu akzeptieren.
- den Grund dieser Disharmonie und die Lektion, die es zu lernen gilt, zu verstehen.
- aktiv etwas zu unternehmen, um die Harmonie wiederzufinden.
- dafür zu danken, dass jede Situation perfekt war oder ist, um uns bei der Entwicklung von Qualitäten, beim Überwinden unserer Ängste und beim Beseitigen von Hindernissen zu helfen, um uns so ein Fortschreiten auf dem Weg der Weisheit und Liebe zu ermöglichen.

Mit dieser Einstellung wird es Ihnen gelingen,
auf Ihrem Entwicklungsweg voranzukommen.