



Ein Brief an eine/n Kranke/n!

Liebe/r Leser/in

schön, dass Du dir erlaubst, meine dir vielleicht so fremde Ansicht über das, was ich Heilung nenne, anzuhören. Es ist sicherlich nicht leicht, den ganzen bisher gelernten Kram in Frage zu stellen.

Allerdings ist das "Infragestellen" unbedingt nötig. Ebenso ist Veränderung notwendig (die Not wendend), wenn ich mich auf einen Prozess der Heilung einstellen will. Das bisherige Verhalten und die Lebenseinstellung haben zu dem Ort geführt, wo ich jetzt bin. Wenn ich mit dem Ergebnis einverstanden bin, mache ich so weiter, wie bisher.

Wenn ich feststelle, dass ich mit dem bisherigen Ergebnis (dazu gehört mein komplettes Befinden, meine soziale Situation und meine Gesundheit) nicht einverstanden bin, weil es mir zum Beispiel nicht gut geht, weil ich in immer wiederkehrende Situationen gerate (auch über sehr große Zeiträume hinweg betrachtet), dann kann ich erkennen, dass es so, wie ich es bisher mache, nicht zu meinem inneren, tiefsten Besten ist.

Natürlich immer vorausgesetzt, dass Du meiner Meinung folgst, dass ich für alles, was mir passiert, selbst die Verantwortung trage.

Und hier geht es in keiner Weise um Schuld. Verantwortung zu übernehmen heißt: ja, ich bin der Urheber dieser Situation, nicht irgendjemand anderes oder ein Umstand, mit dem ich nichts zu tun habe.

Schuld bedeutet:

Ich verurteile mich dafür, dass ich es bisher so gemacht habe, wie ich es gemacht habe.

Doch dazu besteht nie ein liebevoller Grund. Und liebevoller Umgang mit sich selbst, ist genau die Lösung der Probleme. Doch wie gehe ich liebevoll mit mir um? Und wie weiß ich, dass ich es tue?

Gerne möchte ich Dir an dieser Stelle sagen: Ich stelle keine Entscheidung von Dir in Frage.

Wichtig ist, wie Du aus dem Film "Unterwegs in die nächste Dimension" entnehmen kannst, ohnehin der Glaube an das, was Du machst. Wenn Du an die Heilung wirklich glaubst, das heißt, wenn Du innerlich weißt, ich werde gesund, wenn es keine Zweifel gibt, dann wirst Du ganz gesund, egal durch welche Therapie. Das steht für mich fest! Denn Heilung ist allein eine Sache des Geistes, man könnte vielleicht mit Einschränkung sagen, des Denkens. Natürlich bedeutet das auch, dass Krankheit eine Sache des Denkens ist.

Wovon ich hier schreibe ist allerdings nicht „positives Denken“, denn das bedeutet meistens, dass ich einen positiven Gedanken auf einen riesigen Berg von negativen Gedanken lege, die dann doch ihre Wirkung zeigen.

Der Geist lebt im und um den Körper herum. Der Geist bestimmt über den Körper. Doch was ist der Geist? Es ist vermeintlich schwierig, diesen in sich festzustellen. Das, was wir Bewusstsein nennen, das also, aus dem wir glauben, Entscheidungen zu treffen, ist tatsächlich das geringste Beeinflussungs"organ" auf unser Leben, was wir haben. Bedeutend mehr spielt sich im Unbewussten ab.

Das Unter- oder Unbewusste bestimmt, was ins Bewusstsein kommt. Dennoch ist auch das Unbewusste zu beeinflussen, sonst wäre jede Psychotherapie wertlos und Entwicklung nicht möglich. Doch dabei geht es vor allem darum, die Sprache des Unbewussten kennen zu lernen. Und die kennen wir, wenn überhaupt, nur sehr spärlich.

Es gibt jedoch Ähnlichkeiten zwischen den Sprachen des Unbewussten bei Menschen. Sie funktionieren nicht komplett unterschiedlich. Jedoch will jeder Mensch seine eigene Sprache des Unbewussten kennen lernen.

Diese ist eine Sprache, vielleicht die des "Inneren Kindes", welches seit unserer Kindheit in uns lebt und nach Erfüllung der alten, ursprünglichen Bedürfnisse sucht, die (meistens) immer noch nicht erfüllt sind. Auch wenn man glaubt, erwachsen zu sein, spielen diese unerfüllten Wünsche häufig eine dominante Rolle im Verhalten des Erwachsenen.

Bei vielen Menschen in der nahen Umgebung nimmt man dieses genau wahr, wenn man darauf achtet. Du kennst es sicherlich auch, dass Du bei Menschen beobachtest, wie sehr sie nach Anerkennung suchen, sich verstecken oder das ein Mann sich, anstatt einer Frau, eine Mutter sucht. Ebenso ist es bei Frauen, die sich mit ihrem Mann eine Mutter oder einen Vater gesucht haben. Das ist fast immer so. Nicht das es nicht daneben auch erwachsene Aspekte jedes Menschen gäbe. Doch die Motivation des eigenen Verhaltens ist nur sehr rudimentär, meistens gar nicht bewusst.

Übrigens ist das Paarverhalten in dieser Form kein Problem, im Gegenteil, es bietet Möglichkeiten, in seiner Persönlichkeit zu wachsen, allerdings nur dann, wenn man die Konflikte, die daraus entstehen, anschaut und sich damit auseinandersetzt.

Das, was ich den GEIST nenne, kennen zu lernen, kommt, so glaube ich, erst danach.

Ich möchte an dieser Stelle eine Frage stellen.

Was ist die größte Angst in Dir, im Menschen allgemein?

Manche Menschen würden sagen, es sei die Angst vor dem Sterben, vielleicht vor dem Tod.

Vermutlich ist die größte Angst jedoch, die Kontrolle zu verlieren.

Und was möchte ich unter Kontrolle halten?

Antwort: ich möchte unter allen Umständen kontrollieren, dass ich nicht allein gelassen werde.

Und das kann gleichzeitig bedeuten, dass ich mich unter kaum einen Umstand darauf einlasse, wirkliche Nähe mit einem Menschen zuzulassen.

Und dieses ist das größte Problem, was es auf unserer Welt gibt. Egal, wohin man schaut, man wird, wenn man die Situation einzelner Menschen oder auch Gruppen anschaut, letztendlich genau wieder dorthin kommen. Mit anschauen meine ich, dass Menschen sich in vertrauensvoller Umgebung selbst immer tiefer erforschen.

Wenn ich voraussetze, dass das, was ich hier gerade sage, eine Allgemeingültigkeit hat, und wenn ich, wie ich es tatsächlich tue, weiterhin voraussetze, dass wir auf dieser Welt sind, um so weit in der Persönlichkeit zu wachsen, dass glücklich sein und liebevoller Umgang mit allem das Ziel ist; wenn man so etwas überhaupt formulieren kann, dann kann ich mich fragen, worin liegt jetzt die Wachstumsherausforderung für mich?

Was kann ich tun, um aus dem Dilemma des Kontrollieren-wollens herauszukommen?

Was steht denn jenseits der Kontrolle?

Es ist die Liebe, das Wissen, dass das was ist, gut ist - seinen Sinn hat. Es ist Vertrauen in die Schöpfung. Also Vertrauen ist der Schlüssel zum Glück?

Vertrauen und Liebe haben etwas mit Hingabe zu tun.

Hingabe ist eine Eigenschaft, die nichts (mehr) mit Aufgeben zu tun hat. Sie folgt in der Regel nach der Ohnmacht, vor allem nach dem ich die Ohnmacht angenommen habe. Die Ohnmacht annehmen kann ich aber erst, wenn ich sie wirklich zugelassen habe. Und das will zunächst einmal kein Mensch, wenn er nicht dazu gezwungen wird. Häufig richtet er sich deshalb unbewusst sein Leben selbst so ein, dass er irgendwann dahin kommt.

(Und natürlich wartet der Tod sowieso auf uns und so werden wir den Zustand der Ohnmacht kurz vor dem Sterben oder während dessen, erfahren.)

Und an dieser Stelle tritt der innere Kampf, der sich in (fast) jedem Menschen abspielt, auf. Wo kein

Vertrauen ist, findet innerer Kampf statt. Der raubt Energie und Lebenskraft.

Worin soll ich vertrauen haben?

Zuerst einmal darin, dass das was ist, wirklich so sinnvoll ist, wie es ist.

Das heißt, dass ich in einer Situation bin, die möglicherweise Handlung von mir erwartet.

Das heißt aber auch, dass diese Handlung notwendigerweise anders sein muss, als ich sie bisher in vergleichbarer Situation gewählt habe. Handlung kann auch die Entscheidung dafür sein, jetzt nichts, absolut nicht mehr zu tun, bis sich in mir eine Stimme meldet, die mir aus meinem tiefsten Inneren heraus sagt, was jetzt dran ist.

Denn mein altes Denken hat zu diesem Problem geführt, wie es sich jetzt darstellt. Nur neues Denken (neues Denken steht als Synonym für nicht denken, sondern wahrnehmen, fühlen, erfahren) kann mich aus dieser Situation herausführen. Das heißt ferner, dass, wenn ich bisher glaubte, Gefühle wie Ängste, Trauer, tiefer und tiefster Schmerz dürfe in mir keinen Ausdruck finden, ich jetzt genau das Gegenteil zulassen kann, vielleicht sogar muss.

Nach meiner Erfahrung ist es so, dass nicht vor sich selbst und anderen vertrauten Menschen ausgedrückter Schmerz sich im Körper manifestiert und über die Zeit zu deutlicher Krankheit führen kann. Je weniger ich bereit bin, auf die Zeichen meines Gefühlslebens zu hören, desto deutlicher werden die Signale des Körpers sein, der da sagt: "Nun ändere endlich was, so halte ich es nicht mehr aus mit mir!"

In Wirklichkeit sagt das ein Persönlichkeitsanteil in mir, der mutig ist, der bereit ist, Risiken einzugehen, um wieder wirklich gesund und endlich glücklich zu werden, nicht nur körperlich.

Doch das alte Denken wird sich darüber erheben und sagen:

Nein, ich mache es so wie bisher! Natürlich weiß ich, dass das bisher nichts geholfen hat, aber ich kann (will) nicht anders.

Dieses Denken entstammt dem Denken des Kleinkindes, denn dort ist es in den meisten Fällen entstanden (Buchvorschlag: Aussöhnung mit dem inneren Kind, Chopich und Paul).

Zu meiner Offenheit: Im Laufe meines Lebens habe ich gelernt, dass wenn ich etwas nur andeute, meine Botschaft häufig nicht verstanden wird. So kam ich mit meinen Wünschen früher häufig zu kurz.

Inzwischen bin ich dafür bekannt, dass ich meine Wahrheiten ausspreche. Meine Wahrheit bedeutet, dass ich glaube, dass jeder Mensch seine eigene Wahrheit hat und diese lebt, solange er sich nicht von

anderen beeinflussen lässt und diese ganz oder teilweise in seine eigene Wahrheit mit einbaut. So wächst meine Wahrheit und verändert sich.

Dieses geschah so in den letzten 15 Jahren sehr progressiv.

Meine Wahrheit kannst Du auszugsweise in den oben geschriebenen Worten wieder finden und natürlich auch in dieser Internetseite.

Wenn ich hier sitze und schreibe fällt mir immer wieder der Spruch ein:

„Wer ständig Unüberhörbares überhört und Unübersehbares übersieht, der muss sich nicht wundern, wenn ihm hören und sehen vergehen“.

In diesem Sinne, so glaube ich, ist deine Diagnose ein großes Schild mit dem Hinweis: So nicht weiter!

Wie gesagt, es ist mein Glaube, meine Wahrheit, meine Sorge um Dich.

Ich weiß nicht, ob es mir zusteht, dir dieses so zu sagen, vielleicht hältst Du mich für belehrend.

Vielleicht sagst Du, „was mischt der sich in mein Leben ein?“

Ich bin der, der ich bin, dazu muss und will ich, auch in der Beziehung zu Dir, stehen.

Ich hoffe, Du kannst in allen meinen Worten auch die Liebe für das Leben, die Lebendigkeit, Freiheit, Schönheit, Aufrichtigkeit und die Bereitschaft, sich dieser hinzugeben, erkennen.

Ein Sohn