

Jeder hat ein Recht auf Gesundheit

Die Sprache der Körperzellen ist eine Sprache des zufriedenen Wachstums, des Wohlbefindens, der positiven Kommunikation. Die Sprache des geborenen Lebens ist wie ein Sonnenstrahl: Sie ist Impuls für Energie, Kraft, Ausdehnung, Harmonie, Freude, Glück. Sie ist Gefühl der Lebenskraft. Sie ist Ausdruck des kosmischen Bewusstseins, das uns für eine gewisse Zeit hierhin auf diese Erde „entlassen“ hat.

Alle meine Körperzellen wissen: Wir sind Teile des Universums. Sie wissen, dass dieses Universum sich selbst und den darin lebenden Wesen für ihre Lebenszeit Fülle und Reichtum schenken möchte.

Wer lebt und wächst und fühlt und denkt ist reich, besitzt unglaublichen Reichtum. Und es ist gut zu wachsen und die innenliegenden Fähigkeiten zu entwickeln!

Alle meine Körperzellen wissen, dass sie aus Ewigkeiten kommen. Sie wissen, dass sie alle zusammen eine Einheit sind - in dieser momentanen, physischen Form.

Wir alle, die wir leben sind, wenn wir in diese Welt eintauchen, vordisponiert, vorprogrammiert: mit Sicherheitsgefühl, mit grenzenloser Zuversicht und grenzenlosem Vertrauen. Wir haben angeborene positive Haltungen, Vorstellungen und Gefühle für ein Leben in Erfüllung und Kraft.

Jeder Körperzelle, jedem Organ, jedem Körperteil, jedem Wirkungszusammenhang liegt eine positive Einstellung zu diesem Leben zugrunde. Vertrauen war in uns gegeben, bevor wir geboren wurden und ist grundsätzlich da.

Vertrauen in die Existenz an sich ist eine Eigenschaft, die wir bei allen Lebewesen finden. Es ist der angeborene biologische Mut und dessen Lebenskraft, den jeder Zugvogel hat, der zu seiner Zeit losfliegt. Fragt er nach dem Wetter? Fragt er ob es regnet oder schneit? Fragt er danach, was ihm auf seinem langen Weg zustoßen könnte? Nein, er fliegt voller Urvertrauen in das Leben.

Die Kröte, schwer und voll von Eiern, sie strebt ihrem eigenen Geburtsplatz zu, dem Wasser, dem Tümpel, der ihrem innewohnenden Leben das Leben erst bringen wird. Fragt die Kröte danach, wie gefährlich der Weg zum Lebens-Wasser sein könnte? Lässt sie sich von der Straße abhalten auf der Autos fahren? „Dummen Instinkt“ oder „blindes Vertrauen“ nennt irrtümlicherweise der sogenannte „Realist“ solches Verhalten.

Es verwundert nicht, dass der moderne, rationale, gehetzte und geschundene

Mensch das blind nennt, was zielgerichtetes Urvertrauen in die Kraft des Universums ist.

Der Zugvogel ist nicht lebenskrank, sowenig wie die Kröte oder der Molch oder die Schildkröte, die ihre gegebenen Wege zurücklegen. Gut, etliche sterben immer auf dem Weg, aber dies gefährdet nicht den Bestand oder gar das System.

Tiere sind gesund, wenn sie gemäß ihrem Handlungsspielraum leben. Und wie gesund sind wir, die wir meinen nicht blind zu sein? Und wie nutzen wir *unseren* Handlungsspielraum?

Vertrauen in die Existenz an sich haben ist *zu sehen, zu spüren* und *zu fühlen* wie einfach alles ist: Für die Pflanze, für die Tiere ist es selbstverständlich, dass alles so ist wie es ist, dass die Sonne scheint, dass der Regen fällt, dass nach der Nacht der Tag kommt.

Sorgen? Sorgen über Zukünftiges oder gar über Vergangenes? Die gesamte Natur geht immer von einer gesicherten Zukunft aus.

Das ist einer der tiefen Verstehens-Prozesse für Gesundheit, dass man das einfache Ziel des Hinnehmens und des Akzeptierens anstrebt, das Bejahen dessen, was man sowieso nicht ändern kann.

Kann ich meine Herkunft, meine Geburt, mein Geschlecht ändern? Genauso gut könnte ich versuchen, den Lauf der Gestirne zu verändern. Und für solch ein unsinniges Unterfangen sollte ich Kraft, meine Lebenskraft aufwenden?

Offen für die Zukunft müssen wir sein, glasklar und hellwach müssen wir sein, damit wir im Jetztpunkt das ändern können, was wir ändern müssen, um gesund zu werden.

Kennen wir die wichtigste und erste aller Liebe, die Selbstliebe? Das Annehmen meiner Selbst, so wie ich jetzt bin? Wir brauchen diese Liebe dringend, denn sie ist eine Grundvoraussetzung, um gesund zu werden.

Mit dem Universum verbunden: die Inspiration

Wir meinen es sei eine individuelle Leistung, dass wir so denken wie wir denken und handeln wie wir handeln. Wir sehen nicht, dass unsere vordergründige Art zu denken ein installierter Automatismus ist, ein von der Gesellschaft installierter, eine allgemeine Geisteshaltung, die wir nicht hinterfragen, weil sie einfach „da“ ist.

Wir haben erstens ein Ego, das sind von irrationalen Gefühlen gelenkte Handlungsweisen, gespeist von Tagträumen, Wünschen, Zielsetzungen, Hoffnungen und Vorstellungen. Es ist dies der nach außen sichtbar handelnde Mensch.

Als zweites haben wir ein „inneres Ich“, ein „inneres Selbst“, das was man „Geist“ nennt, oder „Seele“ oder Identitäts-Bewusstsein. Dieses ist der eigentliche Mensch, sozusagen der Inhaber des Körpers.

Als drittes haben wir ein Unterbewusstsein, das aus gespeicherten Gefühlen, Erfahrungen, Gedanken, aus schon einmal durchlebten Situationen, Lösungsvorstellungen usw. besteht und das mit dem Identitäts-Bewusstsein verbunden ist.

Das Unterbewusstsein ist ein Reservoir, aus dem man vielfältig schöpfen kann und zu dem man natürlichen Zugang hat.

Das, was man viertens das Unbewusste nennt, ist das zelluläre Bewusstsein, das Körperbewusstsein, der Urgrund des Wissens, so alt wie die Menschheit, so alt wie die Tierwelt, so alt wie die Erde.

Dieses Körperbewusstsein arbeitet automatisch, von Natur aus harmonisch und es ist eine ständige Informationsübertragung in beide Richtungen in Gange: Vom Ego zum Identitäts-Bewusstsein, zum Unterbewusstsein zum Körperbewusstsein und zurück.

Diese vier Seinstteile kann man natürlich nicht voneinander trennen, sind sie doch eine grandiose Einheit.

Zum Verständnis dessen, was Krankheit ist, müssen wir diese Einheit begreifen. Man könnte sich das so vorstellen: 1. Es gibt ein „äußeres Ich“, das vielzitierte Ego, das Handelnde. 2. Es gibt ein „inneres Ich“, das Identitäts-Bewusstsein, derjenige, der ich wirklich bin, der tatsächlich Seiende. Diese innere Ich hat ein Unterbewusstsein. Diesem schließt sich in die Tiefe wiederum das Unbewusste an, jenen großartigen Gedächtnisspeicher der Evolution, den man „anzapfen“ kann.

Soweit oder ähnlich kann dies jeder gelernte Psychologe erklären. Es geht aber noch einen entscheidenden Schritt weiter: Der nächste Schritt in die Tiefe ist das morphogenetische Feld, die Verursachung alles dessen, was genannt wurde. Und ich habe Zugang zu ihm!

Über dieser Kommunikation der verschiedenen Ichhaftigkeiten ist das entscheidende Kommunikationsmittel des Universums angesiedelt: *die Inspiration*.

Mein persönlicher, individueller Verstand ist lediglich ein Segment dieses großen, göttlichen Bewusstseins. Er ist jenes evolutionär installierte neurologische Gebilde, um den vorgegebenen Handlungsspielraum bewusst ausschöpfen zu können. *Die Inspiration ist die Rückkoppelung des morphogenetischen Feldes zu mir, zu meinem Ich-Bewusstsein*. Die Inspiration, das plötzliche Erkennen ist der sich in mir manifestierende Atem Gottes! Wie vom Blitz getroffen weiß ich 3

plötzlich. Und das genügt.

Intuition, Inspiration, Eingebung heißt, dass sich der große göttliche Speicher einen Spalt geöffnet hat. Er hat mir segmentarischen Zutritt gewährt. Er hat sich für mich geöffnet und mich mit Erkenntnis bedacht.

Erleuchtung, gleich in welcher Lebenssituation, und sei es nur diese, wie man ein Schraubchen in die Schraubenmutter dreht, kommt blitzartig und ist da. Niemals ist sie ein Lernprozess im Sinne des Aneignens einer Sache, *die andere* vorgeben.

Alles Mühen, alles (meist) asketische Bemühen um Erweiterung des Bewusstseins, alles quälende Suchen, das in Mühe und Aufopferung erfolgt, ist sinnlos und führt zu keinem Ziel.

Wie viele hilfeschuchende Jünger haben in den Jahrtausenden der Menschwerdung in bitterer Entsagung das Heil gesucht? Sie haben so manches gefunden, aber oft nicht das, wofür sie angetreten sind: Sie haben von Freiheit, von Befreiung gesprochen und tatsächlich den sicheren Platz der Gewissheit, die festen Regeln eines Glaubens gesucht.

Es ist ein Merkmal der Heilsuchenden, dass sie viel von Freiheit reden - aber sie leben das Gegenteil.

Die Seele, mein inneres Ich muss von Zwängen, von Außenzwängen befreit werden, dann kommt das Glück mit der Eingebung, der Intuition. Und mit ihr werden die Knoten der Einschnürung wie mit dem Schwert durchhauen.

Sehe ich mich in meiner Seele mit dem Universum verbunden und strebe den Einklang mit ihm an, entspannt sich mein äußeres Ich, werde ich ruhig und Frieden kommt über mich. Ich akzeptiere mein Jetzt und sehe mich als einen Erfolg des Universums, gleich was ich mir habe vorher einreden lassen. Ich versuche zu erfühlen, dass es Liebe ist, die mich erschaffen hat und hält - so wie ich jetzt bin.

Das Gesetz des Universums ist das Gesetz der Liebe, gleich ob ich das verstehe oder nicht. Ich muss mich in diese Liebe fallen lassen, denn mein physisches Leben ist der Ausdruck dieser universellen Liebe.

Wer sich mit dieser Terminologie schwer tut, der kann diesen Sachverhalt auch ganz anders ausdrücken:

Leben nach dem Chaos-Prinzip

Der Begriff „Chaos“ ist negativ besetzt. Er besagt Unordnung, Verwirrung, Unstrukturiertheit, Durcheinander eben, dem man fliehen sollte.

Diese Deutung mag stimmen, wenn ich das fürchterliche Durcheinander im Kinderzimmer sehe und deshalb einen Schreikrampf bekomme.

Aber - hat das ganze Durcheinander vielleicht doch einen Sinn, einen auf einer anderen Ebene als auf meiner Ordnungsebene, einen *den ich nicht verstehe*? Könnte es sein, dass ich die Entwicklungsstufe des Kindes in diesem Zimmer nicht verstehe?

Verhilft das vermeidliche Chaos dem Kind vielleicht, eigene Strukturen zu entwickeln, die es zur Selbstständigkeit führen? Dann hätte das Chaos plötzlich einen Sinn.

Verhilft dieses wüste Durcheinander dem Kind zu seiner Ichfindung, indem es damit den „Aufstand“, das heißt die notwendige Loslösung von der Mutter eindrucksvoll dokumentiert? Dann gibt das Chaos einen Sinn - nur findet diesen die entsetzte Mutter nicht so leicht.

Jedem Chaos wohnt ein Sinn inne, welchen derjenige noch nicht verstanden hat, der vor jener unübersichtlichen Vielfalt steht und verzweifelt nach Ordnungsmerkmalen sucht.

Das Universum, die Materieanhäufungen, die Erde, das ganze Leben insgesamt erscheint uns als Chaos, weil wir es nicht verstehen.

Es gibt jedoch einen verblüffend inspirativ-wirkungsvollen Weg, aus jenem riesengroßen „Nicht-Verstehen“ einen ganz persönlichen Nutzen zu ziehen:

Wenn man auf der oberen Verstehensebene nicht weiß, aber intuitiv ahnt, dann sollte man diesen Ahnungen nachgehen .

Ich unterstelle, dass das Chaos bis ins kleinste durchstrukturiert ist, dass das Chaos der Riesenspeicher der Evolution ist, dass das Chaos ein für uns unvorstellbar großer, denkender Organismus ist.

Ich unterstelle, dass ich ein winziges Teilchen jenes Chaos-Prinzips bin, dass das, was wir Chaos nennen, das oberste Harmonieprinzip des Universums ist, welches immer nach Ausgleich strebt.

Ich unterstelle, dass das, was wir Chaos nennen, das Steuerungssystem des Universum ist, welches sich selbst liebt, das die Erde liebt und alle ihre Teile.

Ich unterstelle, dass Liebe ein Synonym für positive Energie ist, dass demzufolge Chaos = Liebe = Energie ist.

Ich unterstelle, dass das Chaos das Wissen, das Sein an sich ist, dass das Chaos als Folge seiner unglaublichen energetischen Struktur die physische Welt erschafft.

Und solch einer grandiosen Macht sollte ich misstrauen? Einer solchen allumfassenden Mächtigkeit sollte ich Sinnlosigkeit, Ungeordnetheit, Konfusion unterstellen?

„Ach ihr Kleingläubigen“ soll Jesus einmal ausgerufen haben und dem ist nichts hinzuzufügen, wobei der Begriff „kleingläubig“ eine doch recht positive Darstellung dieses Zustandes ist. Sind wir denn von allen guten Geistern verlassen, wenn wir meinen, jener Kraft nicht vertrauen zu können, jener Kraft die Berge und Meere und Staubkörner und Galaxien erschafft?

Das Leben nach dem Chaosprinzip heißt im Vertrauen auf die Intelligenz des Universums zu leben, heißt sich fallen zu lassen, ohne Illusionen, ohne Gier, ohne omnipotenten Wahn und heißt darauf zu warten was zufällt.

Dies ist das Fantastische an jenem Lebensprinzip, *dass genau das zufällt was fehlt bzw. was tatsächlich gebraucht wird.*

„Es lebe die Liebe des Universums!“ oder: „Es lebe das Chaos-Prinzip!“ Wer dies so ausrufen kann, der weiß, was er damit meint, der kennt diese ungeheure strukturierende Kraft, die wie ein Strom den Menschen mit positiver Lebensenergie versorgt.

Mehrere Missverständnisse könnten jetzt aufkommen, schließen wir sie aus:

Nach diesem Prinzip leben zu können heißt hellwach sein, heißt drogenfrei sein, heißt angstfrei sein, heißt alle ungesunden Glaubensvorstellungen über Bord geworfen zu haben, heißt mindestens auf dem Weg sein zu allem diesem, was letztendlich „Freiheit“ bedeutet.

Hellwach und aufmerksam beobachte ich was um mich geschieht, benenne meine Vorstellungen, meine Ziele, meine Wünsche und strukturiere diese mit viel Energie durch meine Gedanken.

Ich mache mich zumindest in einer stillen Zeit täglich frei von allen umherschwirrenden Gedanken und befrage mich, ob diese Ziele, diese Wünsche, diese Hoffnungen wirklich *meine eigenen* sind.

Wenn ja, formuliere ich sie wieder. Ich will dabei aber nichts zwingen und ich weiß, dass immer viele Lösungen darauf warten, dass *nur eine davon* zur tatsächlichen Realität wird.

Die Koordinaten für viele verschiedene und mögliche Wirklichkeitspunkte sind alle vorhanden. Zack - wird ein Punkt davon zur Wirklichkeit - einer, den ich durch meine Gedanken, durch mein Handeln bereits vorstrukturiert habe.

Nun ist er da, jener Wirklichkeitspunkt, jene Tatsache, jener Zu-Fall. Ich werde ihn betrachten, vielleicht staunen, weil ich gerade mit ihm nicht gerechnet habe und werde ihn in mein Lebenssystem integrieren.

Das, was gekommen ist, von vorneherein abzuwehren, es nicht anzunehmen, es sogar „schlecht“ zu machen, wäre schlichte Dummheit. Vielleicht sind mir heute sogar drei, vier

solcher „Dinge“ zugefallen: Ich lerne den unmöglichen Herrn Schmidt von einer neuen, ganz positiven Seite kennen oder umgekehrt. Bei meinem Auto ist die Zylinderkopfdichtung geplatzt. Mein Verbesserungsvorschlag im Betrieb wurde abgelehnt. Meine Frau hat kurz vor der Tagesschau den Fernseher abgeschaltet, sich auf meinen Schoß gesetzt und mir in die Nase gezwickt.

So oder anders könnte die Liste weitergehen. Alles was heute geschehen ist, füge ich zu meinem Gesamt-Handlungssystem dazu und werte in meiner stillen Stunde neu aus - unter Mit-Beachtung des neu Dazugekommenen. Ich beachte zuerst, ohne schnell zu bewerten; ich zögere das Bewerten sogar so lange wie möglich hinaus. Dies ist wichtig, denn wenn ich bewerte, hört das Geschehen auf zu mir zu sprechen. Und es soll so lange es geht zu mir sprechen, damit meine Bewertung dann so realitätsbezogen wie möglich ausfällt!

In innerem Frieden, ohne das quälende Zwingen-Wollen, ohne das quälende Leiden-Müssen, schaue ich dann, was der Tag mir geschickt hat. Manches nehme ich zwar an, aber ich verfolge es nicht mehr weiter.

Als hellwacher Mensch weiß ich, dass nicht deshalb alles gut ist, nur weil ich diesem begegne. Ich habe das Recht und die Pflicht auszuwählen und abzulehnen. Bestimmte Dinge nehme ich prinzipiell nicht an: Beleidigungen, Kränkungen, Gehässigkeiten, Gemeinheiten. Sollen sie doch bei demjenigen bleiben, der sie abgeschickt hat!

In Intrigen lasse ich mich sowieso nicht hineinziehen und wenn ich etwas sage, dann meine ich es auch so. Genau so und ohne Hintertür. Und bevor ich mit Worten verletze, schweige ich lieber.

Dass dies alles leicht fiele, darf niemand behaupten, aber es funktioniert. So ergibt sich eine vertrauensvolle Lebensstruktur, die erst einmal annimmt, was sie bekommt und die dann auswählt.

Planloses Treibenlassen ist wahrlich nicht angesagt, im Gegenteil: Ich bin mit der Energie des Universums aufs Engste verbunden. Ich kann mich in dieses göttliche Feld hinein-„denken“ und es strömt in mich als Kraft zurück, als eine Kraft, die vor allem jene bitteren Krankheiten der Seele heilen kann, welche die Voraussetzungen für körperliche Erkrankungen bilden.

Ich habe ein Recht auf Gesundheit, weil diese vom Universum für mich von Anfang an vorgesehen war.

Natürlich gibt es Ausnahmen von jeder Regel und die können für diejenigen, die betroffen sind, tragisch sein.

Wenn es mich trifft, kann ich sowohl körperlich wie auch geistig behindert in dieses Leben gekommen sein und ich muss jenes Schicksal tragen, wie ich es vorfinde. Nicht alle Zugvögel kommen zum Ziel, nicht alle Kröten über die Straße. Die Gesetze des Universums sind unerbittlich und wir können fragen: Warum gerade ich? Aber wir müssen mit dem Universum Frieden schließen. Dies ist nicht zynisch, es ist einfach so.

Wenn ich geistig und körperlich ohne Defekt auf diese Welt komme, habe ich ein Recht auf Gesundheit und keiner soll kommen und sagen, ich hätte eine Schuld aus anderen Leben zu verbüßen oder ich trüge eine Last für andere. Natürlich ist nicht auszuschließen, dass ich Belastungen mitbringe, die nicht durch diese meine jetzige Biografie zu erklären sind. Hier sollte ich in stillen Stunden mich selbst hinterfragen. Vielleicht sollte ich mich dann mit den Entdeckungen Hellingers beschäftigen, mit dem, was seine „Familienaufstellungen“ bewirken können. Hellinger hat eine Revolution in der Psychologie eingeläutet, indem er in das morphogenetische Feld von Familien vordringt und den Familienspeicher mit den Betroffenen öffnet. Familiäre Verstrickungen der Vergangenheit können hier erkannt und im Nachhinein gelöst und befriedet werden.(3)

Es gibt im Bezug dessen, was man aus geahbten Leben mitbringen könnte, viele esoterische Vorstellungen, die so unreal sind wie schuldzuweisende religiöse Glaubenssätze. Auch die Idee von Reinkarnation hat viele Kinder und wird von vielen Träumen beflügelt, die man nicht unbedingt miträumen muss. Jeder sollte in der Lage sein, hier für sich selbst zu entscheiden, wie jeder eben selbst für *sein* Leben verantwortlich ist.

W. Häge

Eine Information von www.selbstheilung-online.com