

Gesundheit - ein Bewusstseinszustand?

Unsere Auffassung von Gesundheit und von Krankheit hat sich seit gut drei Jahrhunderten nicht geändert: Der Mensch, das ist eine Ansammlung von Zellen, von Blutgefäßen, von Organen mit einem wissenden Gehirn. Irgendwo dazwischen, man weiß bei Gott nicht wo, „sitzt“ eine Seele.

Der Mensch jedenfalls, der „Ich“, das ist der von der Umwelt abgegrenzte Körper aus Fleisch und Blut, und der funktioniert wie eine gut konstruierte Maschine.

Eine Krankheit ist nun etwas, was von außen in diese Maschine eindringt und dort a) den Betriebsablauf stört (z.B. eine Grippe), b) der Maschine ernsten Schaden zufügt (z.B. ein Magengeschwür) oder c) die Maschine versucht zu zerstören (z.B. ein Gehirntumor).

Die Aufgabe der ärztlichen Zunft ist es nun, dem Körper in der Regel Chemikalien zuzufügen, die dann selbsttätig, sozusagen aus eigener Kraft, den Schaden beheben.

Gelingt dies nicht, kann man noch krankhafte Teile entfernen oder durch Ersatzteile austauschen.

So oder ähnlich ist die landläufige Meinung über Krankheit. Natürlich kann man dies alles viel besser ausdrücken und vor allem seitenlang wissenschaftlich und positiv darstellen - den Sprache ist letztendlich nur Hülse, nur Verpackung.

Diese kurz skizzierte Darstellung von Krankheit ist die offizielle, dem Volk nahe gebrachte, die verinnerlichte Darstellung. Sie ist zutiefst materialistisch und mechanisch.

Die Materialisten sind der Meinung, dass die Materie das Ursprüngliche sei. Aus ihr entstehe das, was wir „Geist“ nennen. Sie meinen, das Individuum, die Person, das „Ich“, das sei der Körper. Ihre Helfershelfer, die Mechanisten nun, versuchen diesen Materialismus glaubhaft zu machen, indem sie ihn wissenschaftlich bearbeiten.

Wie sie das machen? Sie beschreiben, was sie an Gesetzmäßigkeiten erkennen und erklären diese. Zu jeder Ursache versuchen sie eine Wirkung zu finden, zu jeder Wirkung eine Ursache. Und nur diese nachvollziehbaren, erkannten Gesetzmäßigkeiten sind Tatsachen, sind Beweise, sind gültig.

Dieses Denken, dieses „Maschinendenken“, das aus der Physik Newtons kommt und mit René Descartes (1596-1650) eng verbunden ist (so, wie er uns heute vermittelt wird, nicht wie er tatsächlich war), denken wir noch heute. Nicht, weil es uns an Alternativen fehlt, sondern weil sie uns vorenthalten werden. Vorenthalten dadurch, dass diese nur in relativ kleinen Kreisen bekannt sind und die wirkungsvolle Ausweitung ins breite Volk zumindest behindert wird.

Eine besondere Rolle in diesem Denken hat der französische Arzt und Philosoph *Julien Offrey de la Mettrie* (1709-1751) gespielt, der mit seinem Buch *„Der Mensch als Maschine“* das vordachte, was heute noch zum Teil in der Schulmedizin Gültigkeit hat:

Die Lebensvorgänge des menschlichen Körpers laufen auf Grund physikalisch-chemischer Gesetze ab. Der Körper bewegt sich daher von selbst und aus sich selbst. Die Annahme von „Geist“ oder „Seele“ als Antrieb ist daher abwegig. Das Bewusstsein entspringt dem Gehirn, ist ein Produkt des Gehirnes, also eine Folge von gut oder weniger gut funktionierender Materie.

Ist es nicht so, dass heute noch Millionen von Menschen so oder ähnlich denken? Vielleicht ist der Denkvorgang noch etwas modifizierter, etwas moderater im Materialismus, denn da gibt es ja noch eine Seele, Gefühle, Träume, Sehnsüchte.

Vielleicht gibt es doch eine Dualität: Hier Körper, dort Seele und meine Person, mein „Ich“ besteht aus zwei Teilen, die miteinander zu tun haben, die miteinander kommunizieren. Aber, wo ist sie nur, die „Seele“? Wo sitzt er nur, der „Geist“? Produkte der Chemie in den Gehirnzellen?

Die Reduktionisten, die „Verfeinerungskünstler“ unter den Wissenschaftlern, von manchen boshaft auch „Erbsenzähler“ genannt, spielen das materialistisch orientierte „Ich-erklär-dir-die-Welt-Spiel“, indem sie das zu untersuchende Objekt in immer kleinere Einheiten zerlegen. Der Weg geht vom Organ, (die Folterung der „Hexen“ im Mittelalter war übrigens der Beginn des wissenschaftlichen Schauens in den Körper), bis zur Isolation von Genen. Aber der Schlusspunkt, von der Quantenphysik formuliert, ist längstens bekannt und hat ungeheueres Entsetzen ausgelöst: Es gibt keine Materie! Es gibt nur tanzende Energie!

Das, was wir „Materie“ nennen, ergibt sich aus unserem eng begrenzten, dreidimensionalen Realitätstunnel, in dem wir stecken. Wir betrachten unsere Welt wie der Maulwurf die seine in seiner Röhre.

Dualismus: stofflich-nichtstofflich

Die Frage ist schon Jahrtausende alt: Wie kann das Stoffliche mit dem Nichtstofflichen zusammenwirken? Stofflich, das ist die Materie, Nicht-Stofflich, ja, was ist das?

Seit dem 19. Jahrhundert wissen wir: Es ist Energie. Dieser Begriff wurde konkretisiert von dem deutschen Arzt *Robert Mayer* (1814-1889) und dem englischen Physiker *James Prescott Joule* (1818-1889): Das Gesetz von der Erhaltung der Energie.

Die Gesetze über die Erhaltung der Energie sagen, dass im Universum insgesamt keinerlei Energie verloren gehen kann, gleich wie sie sich auch umwandelt.

Der Durchbruch kam zum Beginn des 20. Jahrhunderts mit Planck, de Broglie, Einstein. Wir wissen seitdem: Materie ist verdichtete Energie. Der Stein wie der Fußball, das Frühstücksei wie die Lederhose. Ebenso unser Körper.

Alles Sein ist Energie. Und Energie plus Information ist Bewusstsein. Alles Sein strahlt Informationen ab. (Die Stoffliche Information im Nanometer-Bereich.)

Alles Sein ist also Bewusstsein. Alles das, was diese Welt ausmacht, besitzt (ist) Bewusstsein. Unser Körper und alles, was mit ihm zusammenhängt sind Formen von Bewusstsein in verschiedener Zusammensetzung.

Der Körper mit seiner chemischen Struktur hat sicher ein anderes, als das, was wir „Seele“ nennen. Und doch ist es absolut EINS.

Dualismus - hier der Geist, dort die Materie gibt es schon lange nicht mehr und hat es nie gegeben.

Das 'Leib-Seele-Modell' muss also neu geschaffen, auf eine neue, ganzheitliche Grundlage gestellt werden.

Im materialistisch - mechanistischen Leib-Seele-Modell wird bei einer Krankheit, nehmen wir zum Beispiel Magenschmerzen, das Symptom 'Schmerz' behandelt. Der Mensch bekommt Schmerztabletten.

Gehen wir davon aus, dass diese so konzipiert sind, dass sie auch dem Magen helfen sollen, dann setzen diese Tabletten die Selbstheilungskräfte des Körpers in Gang, die dann, auf welche Weise auch immer, die Krankheitsursache, den Magenschmerz beseitigen und den Defekt am Magen heilen.

Nun, wir sind schon eine kleine Stufe weiter: Die Medizin kennt inzwischen die Existenz der Seele, der Psyche und weiß, diese Magenbeschwerden sind in der Regel die Folge eines psychischen Problems.

Die Magenschädigung ist nicht die Ursache des Schmerzes. Dieser Defekt ist bereits die Folge einer Ursache, nämlich z.B. des Stresses, was das im einzelnen auch immer sein mag.

Eine echte Heilung tritt also erst ein, wenn der seelische Defekt beseitigt ist, hier das, was man „Stress“ nennt.

Irgendwelche, bis heute nach den mechanistischen Modellen nicht erklärbaren Selbstheilungskräfte müssen also ans Werk, um die Gesundheit zu erreichen.

Wenn die Krankheitsursache in der Seele des Menschen liegt, ist die ganze auf chemischen Wirkungen basierende Hilfe unseres riesigen, aufgeblähten Gesundheitssystems nicht das Geld des Rezeptpapiers wert, auf dem der Arzt seine Medikamente verschreibt.

Wenn Krankheit überhaupt Krankheit der Seele ist, die dann im fortgeschrittenen Stadium den Körper angreift, dann können wir unser gesamtes Multi-Milliarden schweres Gesundheitssystem unter dem Stichwort „Fehlentwicklung“ auf die Ablage der Geschichte legen. Große Worte?

Der Paradigmawechsel ist nicht nur volkswirtschaftlich angesagt, er ist schon von der Erkenntnissen her überfällig!

Reich, Lakhovsky, Rife

Nehmen wir Wilhelm Reich, den großen Arzt und Psychoanalytiker, der die gemeinsamen lebensenergetischen Funktionsprinzipien alles Lebendigen entdeckt hat: Das Grundmuster von Expansion und Kontraktion, dargestellt an den Prinzipien Lust und Angst.

Die Energie, welche diese beiden bewegt, ist die gleiche. Bei Lust strömt sie frei und ungehemmt durch den Körper. (Wenn Ihnen der Begriff „Lust“ zu fremd oder unpassend vorkommt, dann ersetzen Sie ihn einfach durch „Glücksgefühl“.)

Der Körper, die Seele dehnt sich, wird weit und groß und froh, das Blut strömt ungehindert bis in die Fingerspitzen, wir spüren tatsächlich diese positive Energie in uns und um uns. Energie des nicht geknechteten Lebens: Lebensenergie.

Bei Angst nun zieht sich Körper und Seele zusammen. Das Gegenteil von Expansion tritt ein: Kontraktion. Die Energie zieht sich nach innen zurück, sie wird blockiert.

Reich spricht von der Entwicklung eines Charakterpanzers, wenn die Energie der Seele nicht mehr oder unzureichend fließen kann und vor Angst gekrümmt, verkrampft, blockiert ist.

Diese erstarrte Seelenenergie, die Charakterpanzerung, geht dann mit der Zeit auf den Körper über und wird zur „Körperpanzerung“.

Die in der Angst erstarrte Seele erstarrt auch den Körper.

Reich hat den menschlichen Körper in sieben Segmente eingeteilt, die für sich mehr oder weniger verkrampfen und erstarren können:

1. Augensegment
2. Mundsegment
3. Halssegment
4. Brustsegment
5. Zwerchfellsegment
6. Bauchsegment
7. Becken

Wenn wir einigermaßen offenen Auges durch die Welt gehen, ist jeder von uns in der Lage, zumindest einige auffällige Panzerungen unserer Mitmenschen zu identifizieren, besonders die im Gesicht: Wer kennt sie nicht, diese maskenhaften Gesichtszüge mancher Menschen, den schmalen, harten Mund, den „verbissenen“ Gesichtsausdruck, die Augen mit wenig oder keiner Regung, die zum Mund hin zusammengezogene Gesichtshaut: Unnahbar, eben starr, aggressiv, feindlich, scheinbar ohne Emotionen.

Wenn Gefühle immer wieder schmerzlich zurückgewiesen wurden, muss man sich vor dem Schmerz schützen, muss sich zurückziehen, einigeln, sich panzern gegen die feindlich erlebte Außenwelt.

Wird diese Panzerung chronisch, kann es so weit gehen, dass derjenige Mensch in seinem Seelenleid weder Gefühle ausdrücken, noch Gefühle anderer an sich heranlassen kann.

Reich gibt nun eine verblüffend einfache Erklärung von Krankheit. Blockiert die kranke Seele Bereiche des Körpers, so werden diese Bereiche nicht mehr genügend von Energie („Lebensenergie“) durchströmt und die Bewegung des Plasmas in den Körperzellen wird starr. Es kann, im Extremfall, bis zum Zerfall von Zellen kommen. Dieses zerfallene Gewebe entwickelt eine Eigendynamik, bis hin zur totalen Zerstörung, dem Krebs. (Ein „erstarrter“ Körperbereich wird

von den gesunden Zellschwingungen nicht mehr erreicht. Die Zellen dort werden orientierungslos, sie haben ihre Kommunikation verloren. Sie ergeben eine vom Gesamtorganismus losgelöste Einheit, die im schlimmsten Falle mit desorientiertem Wuchern beginnen kann.)

In der Ladung des Blutes mit Lebensenergie spiegelt sich für Reich die gesamte bioenergetische Ladung des Körpers.

Blutkörperchen haben eine schwache oder starke bioenergetische Ladung. Je weniger ein Organismus gepanzert ist, desto stärker ist die Energieladung des Blutes, desto vitaler, lebendiger, kraftvoller, gesünder ist er. Kommen nun Krankheitserreger, die immer vergleichsweise schwach geladen sind, in das Blut, wird diesen Erregern sofort ihre Energie entzogen. Zurück bleibt leblose Erregersubstanz, die vom Körper ausgeschieden wird.

Sind nun durch Energiestauungen im Körper die Blutkörperchen schwach geladen, haben sie nicht die Kraft, den Eindringlingen die Energie zu entziehen. Diese können sich vermehren und der Mensch wird krank.

Der Ansatz von Reich ist im Hinblick auf die vielen Herz- und Kreislauferkrankungen, bei denen viele hilflose Mediziner 'Margarine statt Butter'-Parolen verbreiten, hochinteressant. Er sieht, kurz gesagt so aus: Wenn die langsame Erstarrung des Zellplasmas das Kreislaufsystem erfasst, werden die so elastischen, blutführenden Adern träge. Jenes das Blut durchwirbelnde (nicht nur durchfließen lassen, sondern „wirbeln“) System, das starrer wird, verringert so eine optimale bioenergetische Aufladung des Blutes.

Die Fähigkeit der Selbstreinigung nimmt ab und Teilchen, die sonst vom Körper ausgeschieden würden, lagern sich an den Wänden der Blutadern ab (Verkalkungen). Nun muss das Herz immer mehr Kraft aufwenden, um das Blut durchzupumpen, bei immer stärkerer Ablagerung. Die Arterienverkalkung, der Herzinfarkt, der Hirnschlag kommen so auf den Weg.

Georges Lakhovsky, der ebenfalls in der ersten Hälfte unseres Jahrhunderts seine Entdeckungen publizierte, ging von *Zellschwingung* und *Resonanz* aus, wenn er von Krankheit sprach. Für ihn waren Krankheitserreger „Störsender“, die mit ihren Störschwingungen gegen die natürlichen Zellschwingungen des Körpers angingen.

Stimmen die Schwingung der in den Körper eingedrungenen Mikroorganismen mit denen des Körpers überein, gibt es keine gesundheitlichen Probleme. Schwingen die Eindringlinge in Dissonanz und können sich vermehren, zerstören sie die Harmonie und die Kommunikation von Körperzellen: Krankheit.

Lakhovsky kommt mit anderen Begriffen zu den gleichen Schlüssen wie Reich. Nur ein schwach mit Bioenergie geladener menschlicher Organismus, dessen Abwehrkräfte dadurch schwach sind, wird krank.

Lakhovsky behandelte dadurch, dass er einen Schwingungsgenerator auf die Frequenz von gesunden Zellen einstellte und die kranken Körperpartien damit „bestrahlte“. Die „Störsender“ wurden dadurch neutralisiert und die kranken Zellen wieder reaktiviert.

Genau wie Reich sind ihm sensationelle und nachweisbare Heilungen gelungen.

Dem Amerikaner *Roy Rife*, dem wie Reich der Prozess gemacht und dessen Methode ebenfalls verboten wurde, hatte die genauen Schwingungsfrequenzen der eindringenden Mikroben ermittelt und die kranken Körperstellen mit deren eigener, stark verstärkter Schwingung zum Platzen gebracht. Die Krankheitserreger waren getötet.

Die Resonanztherapie oder die Bioresonanztherapie, wie sie genannt wird, gibt es heute in vielen Formen und wie es aussieht, ist sie nicht mehr aufzuhalten.

Mit der Wirkung von Resonanzen auf den Organismus kann man heute die Farbtherapie erklären (Farben haben genau messbare Frequenzen). Man kann ebenso die Bachblütentherapie und die Edelsteintherapie nachvollziehen. Das uralte Rätsel, warum bestimmte Steine auf Körperfunktionen einwirken können, ist gelöst.

Es geht in allem dem darum: Den in seiner natürlichen Schwingung gestörten Organismus, der dadurch krank wurde, wieder zu harmonisieren, damit die Selbstheilungskräfte in die Lage versetzt werden, ihr regulierende Arbeit zu tun.

Negative Information als Krankheitssubstanz

Wenn wir also wissen, dass erst die Seele krank wird und dann das, was wir 'Mensch' nennen, dann sind wir im Denkansatz ein gutes Stück weiter, hängen aber immer noch im alten Dualismus, hier Seele, dort Körper. Es gilt, weiter zu kommen.

Was wir als erstes erkennen müssen ist dies: Der Mensch, die Person, das 'Ich', das Individuum mit diesem Namen, das ist die Seele. Sie ist das Bewusstsein. Und diese Seele hat einen Körper. Die Seele steuert den Körper, sie ist der Motor, um wieder dieses verfluchte mechanistische Bild zu gebrauchen, sie hält uns in Schwung, sie treibt uns an, sie freut sich mit uns, sie leidet mit uns. Die Seele ist das Maß und der Grund unserer Dinge.

Fragen wir nun, nach dieser neuen Sichtweise, (die übrigens uralte ist und nur von uns ferngehalten wird), durch welchen krankhaften Zustand der Seele unser Körper krank wird, dann können wir uns in die Psychoanalyse vertiefen, Freud, Adler, Jung und deren unzählige Nachfolger lesen. Wir werden tiefe Erkenntnisse gewinnen, die unser Leben verändern werden.

Es könnte aber sein, dass ein Unbefriedigt-Sein dann immer noch vorhanden ist. Viele Krankheiten der Seele werden erklärt, die kindlichen Entwicklungsstufen bis zurück zur Geburt durchschaut, das eigene, verdrängte Material bloßgelegt, aber ein Unbefriedigt-Sein bleibt.

Wenn herauszufinden wäre, aus welcher Substanz die Krankheit bestünde, die in unsere Seele gelangt, dann wäre doch durch Vermeidung schon der Nicht-Krankheit einen Platz geschaffen.

Wenn diese Krankheitssubstanz 'Information' wäre, und das ist sie, dann muss sie logischerweise negative Information sein.

Wenn man nun die Zusammenhänge begreifen würde, wie diese negative Information entsteht, dann könnte man durch ihre Vermeidung einer Krankheit vor der Entstehung aus dem Wege gehen.

Wir müssen ganz gezielt den Fragen nach dem Wesen der Informationen nachgehen! Was sind für den Menschen gute Informationen, welche die Gesundheit gewährleisten, was sind Informationen, welche die Krankheit erschaffen bzw. herbeiziehen?

Und wenn nun all die berühmten Denker nicht die Antwort geben, nach der man persönlich schon so lange sucht, dann sollte man eben selbst spekulieren und weiter denken und auch Bücher aus Randbereichen heranziehen.

Was z.B. *Jane Roberts* vor über 20 Jahren als das Medium *Seth*, das sie gleichzeitig war, über Krankheiten niedergeschrieben hat, hat erstaunliches mit diesem Thema gemein. Es deckt sich in weiten Teilen dermaßen mit meinen eigenen, spekulativen Vorstellungen, dass ich diese Aussagen ab jetzt mit in diese Zeilen einbeziehen möchte.

Vielleicht könnte dies ein Anstoß sein, sich selbst mit „Seth“ zu beschäftigen. Vielleicht mit „Die Natur der persönlichen Realität“ oder mit „Die Natur der Psyche“.

Lebensqualität

Welcherart sind nun die für unsere Gesundheit so wichtigen Informationen? Es gibt einen Sammelbegriff für die für uns „guten“ Informationen. Es ist der Begriff der „Lebensqualität“.

Der Spruch: „Nicht die Länge des Lebens ist wichtig, sondern die Qualität des Lebens“, mag zwar flapsig klingen, ist aber von sehr tiefer Bedeutung, besonders wenn man ihn umdreht: „Je größer die Qualität des Lebens, je länger kann es dauern“.

Nicht das Überleben, im Sinne Darwins das Überleben des Stärkeren, ist für uns wichtig, sondern das, was dieses Leben überhaupt lebenswert macht, der natürliche Lebenszustand.

Dies ist ein Zustand der Freude, der Selbstgenügsamkeit, ein Zustand des sinnvollen Handelns im Einvernehmen mit dem Lebensumfeld, dem alle Körperzellen zustimmen, denn sie bewirken schließlich das physische Verhalten, das diesen Zustand begrüßt.

Dieses sinnvolle Handeln bewegt sich in einer klaren, nicht behinderten Wirklichkeit, in einer Gemeinschaft von Gedanken Gefühlen und die aus ihnen entstehenden körperlichen Aktivitäten.

Diese körperlichen Aktivitäten, das Verhalten unseres Körpers, unterliegt unmittelbar diesen Gedanken, Ideen und Gefühlen.

Zellen kommunizieren

Es ist in der Wissenschaft inzwischen unbestritten, dass Zellen eines lebenden Systems miteinander kommunizieren. Sie besitzen „soziale“ Eigenschaften und

haben die Tendenz, sich mit anderen Zellen zusammenzuschließen. Von Natur aus kommunizieren sie.

Prof. Dr. Popp erklärt dies so, dass jede Zelle in einem lebenden System, z.B. in einem Hühnerei weiß, was alle anderen Zellen tun bzw. wozu sie da sind. Ein Ei aus gequälter Massentierhaltung sei deshalb von „schlechter“ Qualität, weil die Zellen, durch den Lebensstress des Huhnes, äußerst schlecht organisiert sind und keine Kommunikation mehr stattfinden kann. Man könnte als Folge davon ausgehen, so Popp, dass, würde aus solch einem Ei ein Huhn entstehen, dieses krank wäre.

Leiden, in keiner noch so gearteten Form, ist gut für die Seele und ist somit ebenso schlecht für den Körper.

Um beim Hühnerei zu bleiben: Jenes Ei ist „schlecht“, obwohl die Henne, (gehen wir davon aus), von guter, tierärztlich kontrollierter Gesundheit und die Ernährung ausgewogen und artgerecht ist.

Was bei diesem Huhn ganz und gar nicht stimmt, ist die *Lebensqualität*. Und was dem Huhn recht ist, dürfte einem Menschen billig sein. Oder, um es anders auszudrücken: Was für ein Huhn schlecht ist, das wird doch für einen Menschen nicht gut sein?

Wenn auf der Zellebene eine Welt des allgemeinen sozialen Austausches besteht, in dem der Tod einer Zelle und die Geburt einer Zelle allen anderen bekannt ist, dann wiegt für diese der Tod eines Frosches gleich schwer wie der Tod eines Menschen.

Die Ebene des Geistes

Auf der Ebene unserer menschlichen Aktivitäten kommt nun die Ebene des „Geistes“, die der Gedanken, der Gefühle, der Intentionen und Ideen hinzu.

Diese Ebene des Geistes, der geistigen Aktivitäten, ist ein Teil unserer inneren Kommunikation. Diese unsere innere Umwelt ist für unser Wohlbefinden, für unsere Lebensqualität ebenso lebensnotwendig, wie unsere dreidimensionale, stoffliche Welt, in der wir uns bewegen.

Ist ein Teil des Körpers verwundet, spüren alle anderen Körperteile die Auswirkung dieser Wunde. (Wenn sie nur einen dick vereiterten großen Zeh haben, wird es keinen Körperteil geben, der nicht unter den Folgen davon in seiner Funktion eingeschränkt ist.)

Die Wunde im Körper ist für den betroffenen Körperteil eine Katastrophe. Also wird das gesamte körpereigene Abwehrsystem Maßnahmen ergreifen, um letztendlich das Gesamtgleichgewicht wieder herzustellen.

Bei jeder Krankheit kommt daher das gesamte Abwehrsystem in Aktion. Auf biologischer Ebene produziert der Körper selbst sein Abwehrsystem, ohne dass wir bewusst etwas beisteuern können.

Wenn nun nicht-biologische Gefahren auftauchen, Gefahren der Ebene des Geistes, des Bewusstseins, dann sind die Körperzellen nicht in der Lage, diese nichtbiologischen Gefahren zu verstehen und einzuschätzen. Was das Verstehen

dieser Gefahren aus dem psychischen Bereich betrifft, verlassen sich die Körperzellen auf die Einschätzung durch die Psyche.

Durch die Vernetzung von Körper und Seele, durch die Arbeitsgemeinschaft von Psyche und Soma, stützt sich der Körper mit seinen Zellen auf die Lagebeurteilung der Psyche und reagiert auf deren Geheiß.

Wenn also die gedankliche, die geistige, die seelische Einschätzung der Gesundheitslage mit der biologischen übereinstimmt, dann besitzt dieser Mensch eine gute Arbeitsgemeinschaft von Seele und Körper. Der Körper kann schnell und unmittelbar reagieren, wenn ihn ein psychisches Problem (z.B. Angst) erreicht.

Das Abwehrsystem ist ein automatisch ablaufendes System, aber es ist ein sekundäres System, das sich nur dann mobilisieren lässt, wenn dem Körper Gefahr droht.

Wenn nun von der Psyche her Gefahr signalisiert wird und der Körper durch seine zelluläre Kommunikation sein gesamtes Körperfeld absucht und dort keine Gefahr aufspüren kann, dann verlässt er sich auf das Urteil der Psyche und reagiert, als bestünde eine Gefahr.

Hat dieses Urteil der Psyche einen realen Hintergrund, (der Hund, der auf mein Kind zulief war tatsächlich bissig), dann ist die Körperreaktion in Ordnung. (Ich konnte mein Kind im letzten Moment in Sicherheit zerren.)

Hat die psychische Einschätzung der Gefahr keinen realen Hintergrund, ist diese nur eingebildet, dann reagiert der Körper genauso auf die eingebildete Gefahr wie auf die tatsächliche.

Dieser Mechanismus hat unabsehbare Folgen für uns Menschenkinder.

Reale und irreale Angst

Eine plausible, gerechtfertigte Angst ist ursächlich. Sie ist klar umrissen. Sie alarmiert den Körper, so dass dieser die Möglichkeit hat, angemessen zu reagieren.

Es ist die reale Angst, die von tatsächlich vorhandenen Gefahren ausgeht. Wenn ich vor dem zähnefletschenden Fleischerhund, der wutschnaubend auf mich zurennt, Angst habe und auf einen Mauervorsprung laufe, ist diese Angst real. Wenn ich vor einer Maus, die ebenfalls auf mich zurennt, Angst habe und deshalb auf eine Erhöhung hüpfе, dann ist diese Angst irreal. In beiden Fällen folgt der Körper den gleichen Anweisungen der Psyche.

Leben wir in einem Klima der Angst, in einer allgemeinen Angst-Haltung, dann bekommt der Körper ständig Alarmsignale und er kann vor dauerndem Fehlalarm, den er ja als solchen nicht erkennt, nicht mehr angemessen reagieren.

Wenn das solcherart falsch programmierte Bewusstsein ständig „Gefahr“ signalisiert und diese Gefahr jedes Mal körperlich nicht besteht, wird der Körper, werden die Körperzellen verwirrt.

Die ständigen pseudobedrohlichen Situationen schaffen Konfusionen auf der körperlichen Ebene.

Nun kommt zu dem Ganzen noch hinzu, dass sehr viele Menschen die tatsächlichen Gefahren für ihr Leib und Leben und das ihrer Nachkommen überhaupt nicht mehr realisieren. Sie beschäftigen sich stattdessen mit vermeintlichen Gefahren, mit eingebildeten Gefahren, mit herbeigedachten Gefahren und spüren die wirklichen nicht mehr. (Könnte man sonst ganz in der Nähe eines Atomkraftwerks sorglos sein Leben verbringen, aber Angst vor Spinnen, Mäusen, Bakterien oder anderem Getier entwickeln?)

Unser Körper ist zur Gefahrenabwehr, zur Abwehr von Krankheiten bestens ausgerüstet und sein Abwehrsystem ist genial und unfehlbar. Unser denkendes Bewusstsein aber gibt ständig Befehle, die eine Fehlsteuerung verursachen.

Sich selbst überlassen, in Zufriedenheit, selbstbestimmt und handlungsfähig lebend, in einem Zustand des Wohlbefindens und eins mit sich selbst, kann sich der Körper gegen jede Krankheit verteidigen.

Was aber der Körper nicht kann, ist sich zur Wehr zu setzen gegen übertriebene oder irrealer allgemeine und dauerhafte Ängste des Individuums. Wo kommen diese Ängste her?

Irrealer Ängste werden durch Glaubenssätze geschaffen, durch Gewissheiten, durch Wahrheiten, die wir uns irgendwann in unserer Biografie einmal angeeignet haben und nach denen wir leben.

Entscheidend für die Lebensqualität, für die Gesundheit, sind die Glaubensüberzeugungen, die den Körper befähigen, bis ins hohe Alter gesund zu funktionieren oder ständig krank zu sein. (Wenn Ihnen der Begriff

„Glauben“ hier unpassend vorkommt, dann lassen sie ihn gedanklich einfach weg. Gemeint ist eine persönliche, gefestigte Überzeugung, nach der man lebt.)

Bestandteil dieser Lebensqualität ist zudem dies, was wir „Freiheit“ nennen. Es ist nicht die Pseudofreiheit gemeint, die uns unser Gesellschaftssystem so gerne als echte Freiheit andient. Freiheit ist einfach ein individueller Spielraum innerhalb eines sozialen und politischen Systems, das dem einzelnen Menschen erlaubt, diesen Spielraum auch und gerade gegen landläufige Meinungen für sich und damit für die ganze Menschheit zu nutzen.

Da in unserer Gesellschaft in der Regel für ausreichende Nahrung, Bekleidung, Wohnraum usw. gesorgt ist und in diesen Bereichen wenigstens ein erträgliches Minimum an Lebensqualität vorhanden ist, wird die Qualität unseres Lebens in hohem Maße durch die subjektive Wirklichkeit unserer Gefühle, unserer Gedanken, kurz, durch die gesammelten Glaubensvorstellungen von der Welt und vom Sein bestimmt.

Glaubensüberzeugungen, die auf Angst gegründet sind, sind biologisch destruktiv, legen das Körpersystem lahm, machen krank.

Seelisch negative Verfassungen können z.B. Viren aktivieren, die eigentlich passiv sind. Sie bleiben sie so lange inaktiv, bis eine Körperzelle ihr Eindringen zulässt. Dann beginnen sie ihr Leben und tun ihre Arbeit.

Viele Viren, die ihrem Wesen nach todbringend sein können, tragen unter normalen Bedingungen zur gesunden Ausgewogenheit des Körpers bei. Wenn dann unter destruktiven Gemütszuständen bestimmte Viren überproduziert werden, dann können diese für den Organismus zur Gefahr werden. Aus Mitbewohnern werden Angreifer.

Schwerwiegende individuelle seelische Probleme können so zu zellulären Seuchen ausarten. Die nach außen hin passivste Depression kann nach innen zu einem Feuersturm werden!

Verzweiflung, Apathie, Depression, Angst, sind größte biologische Feinde. Soziale Umstände, politische Verhältnisse und weltanschauliche oder religiöse Wirklichkeiten, die solche Seelenzustände fördern, fordern geradezu biologische Vergeltungsschläge heraus.

Überzeugungen bestimmen die Gesundheit

Um alle diese Aussagen auf einen kurzen Satz zu verdichten: Überzeugungen bestimmen die Gesundheit des Körpers!

Als bewusste Geschöpfe der Natur müssen wir zu ihr zurückkehren, zu ihr, die uns alle hervorgebracht hat. Nicht nur als Wächter und Pfleger, nein, als Partner. Als Partner aller anderen Lebensformen auf dieser Erde.

Wir müssen unsere religiösen Lebensvorstellungen dahingehend überprüfen, ob diese uns Gefühle von Machtlosigkeit, von Schlechtigkeit (Sünde) nahe bringen wollen und uns gleichzeitig zu Herrschern über alles „niedere“ Leben zu erheben versuchen. (Macht euch die Erde untertan.)

Wenn diese Erde und unser Leben nur ein „Jammertal“ ist, das es zu durchstehen gilt, wenn unser Körper, unsere Existenz sich mit Sünde behaftet und unsere natürliche Sexualität mit „schlecht“ in irgendeiner Form bewertet wird, können wir dann erwarten glücklich und gesund zu sein?

Unheilvolle Glaubensvorstellungen stehlen uns nicht nur die Freude am Leben, sie machen uns krank dazu.

Die Luft, die unsere Seele atmet, muss von Krankheitserregern jeglicher Art befreit werden.

Leider ist festzustellen, dass die Glaubensüberzeugungen der monotheistischen Religionen Gefühle des Unwertes erzeugen. Das Vertrauen in das Sein wurde uns aberzogen indem man uns von der Natur trennte, indem wir innen (der Mensch) und außen (die böse Welt, die Natur) schaffen.

Die christliche Religion gesteht nur uns Menschen eine Seele zu und spricht diese allen anderen Arten, die mit uns leben, ab.

Des weiteren werden wir geradezu „zerhackt“: In eine Seele, die zu Gott gehört und nicht zur Natur und in einen Körper, der sündig ist und deshalb zur Natur gehört und nicht zu Gott.

Durchforstet man so die religiösen Aussagen, die ja fest in unserer Kultur verankert sind, ob wir sie nun nachbeten oder nicht, dann findet man lebensfeindliche Absurditäten en masse, eine größer als die andere.

In diesem Labyrinth, vom platten Dogma bis zum allerfeinsten Giftpfeil, ist der Sinn für den eigenen Wert und das Wissen um die Sinnsaftigkeit unseres Lebens abhanden gekommen.

Ob nun Angst vor dem hüpfenden Mäuslein oder vor dem strafenden Gottvater, für den Körper, für die Körperzellen, welche die drohende Gefahr dingfest machen wollen, um uns zu beschützen, ist dies gleich. Eine unglaubliche Menge Stress entsteht, der Körper vibriert vor Spannung und wird krank.

Fazit

Wenn wir dies alles wissen, dann ist bei manchem von uns viel Arbeit nötig: Mauern einreißen, Schutt wegräumen und vielleicht einen gesammelten Hausrat auf den Müll werfen.

Aber mit jedem weggeworfenem Müllsack voll unseliger Vorstellungen wird unser Fühlen und Empfinden klarer. Wir sehen Dinge, die wir nie gesehen haben, wir spüren, was wir nie gespürt haben, wir greifen nach dem Leben und beginnen zaghaft es zu lieben.

Wir erkennen irgendwann beim Aufräumen die Macht des eigenen Gedankenstrahles und seine positiven Auswirkungen und dann, unter all dem fremden Schutt kommt eine kleine Pflanze zum Vorschein, die sich zum Himmel reckt und die wir lieben und pflegen müssen: Wir haben uns selbst gefunden!

Wir beschränken uns

Wir beschränken uns,
indem wir nachsagen,
was andere vorsagen,
indem wir handeln
wie andere es erwarten,
indem wir denken,
was andere vorgedacht haben,
indem wir glauben,
womit uns andere beeindrucken wollen.
Wir behandeln uns selbst
tagtäglich
wie Behinderte.

Walter Häge