

Die Organsprache des Körpers

Stell dir einen Hafen vor, dahinter eine goldene Stadt im flimmernden Sonnenlicht. Tausende von Booten verlassen den Hafen. Auf einem der Schiffe findest auch du dich mit deinen Seelenfreunden, mit denen du seit Äonen (seit ewig) zusammen warst und die du immer wieder begegnen wirst.

Mit dem Verlassen dieses Paradieses fielen wir nun alle gleichzeitig in die Dualität, d.h. die Seele schuf sich einen Körper, und wird das immer wieder tun und seitdem müssen wir uns mit der Wechselwirkung von Seele und Körper auseinandersetzen.

Wie nun ein Musikstück mehr ist als nur die Summe seiner Noten, so ist auch der menschliche Organismus mehr als die Summe seiner Zellen.

Der Mensch ist also **Mehr** als ein Körperliches System. Er ist ein **Ganzheitliches Wesen** mit körperlichen, seelisch-geistigen und sozialen Dimensionen, die allesamt ineinandergreifen und sich gegenseitig beeinflussen.

Das Ganze ist grösser als die Summe seiner Teile.

Was bedeutet also Krankheit in dieser Einheit von Seele-Körper-Geist?

Nun: Krankheit ist nicht ausschliesslich ein Übel, sondern sie zeigt uns eine Störung des Gesamtgleichgewichts an. Und sie ist zugleich schon die Aktivität, mit der die Harmonie des Systems wiederhergestellt werden soll. Insofern ist Krankheit schon der Beginn der Gesundung;
denn Krankheit ist ein Lernprozess.

Hat der Mensch die in der Krankheit liegende Botschaft verstanden, dann hat das Leiden seinen Sinn erfüllt, es ist überflüssig geworden.

Sieht man aber in Krankheiten nur eine ärgerliche Störung seiner Lebensqualität, so versucht man meist, diese unverzüglich und um jeden Preis aus der Welt zu schaffen. An der äusseren Oberfläche seiner Existenz lebend, erkennt der Mensch aber nicht, dass er, während er sich mit medizinischen Tricks von seinem Leidensdruck zu befreien versucht oder gar diese Aufgabe an den Arzt oder Heilpraktiker abwälzt, seine Krankheit nur in die Tiefe verdrängt.

Insbesondere Gedanken von Schuld und Angst können sehr schmerzlich sein; denn der Körper gibt, gleichsam wie auf einem Bildschirm, alle Gedanken und Gefühle wieder, die wir in ihn hineinprojizieren.

Alle Programme kommen durch den Geist hinein und der ganze Körper reflektiert das, was wir in unserem Geist gespeichert haben. Unser Körper wird also Gedanken manifestieren, die entweder voll von Konflikten und /oder Ängsten sind oder friedvolle, liebevolle, glückliche, negative oder positive.

- *Ich kann essen, was ich will, ich nehme nicht zu!*
- *Wenn ich nur was Essbares sehe, nehme ich schon zu!*

Unsere Angewohnheit, die Vergangenheit im Geist umzuschreiben und das Zukünftige vorwegzunehmen, meist unseren Erfahrungen nach ebenso negativ, erzeugt verschiedene Formen von Schmerz; denn wir meinen oft, die Zukunft müsse so ablaufen, wie die Vergangenheit.

Aber: es gibt keine andere Zeit als das Jetzt!

Schmerz, Kummer, Depressionen und andere Formen der Angst
verschwinden, wenn das Denken in
diesem Augenblick auf Liebe und Frieden ausgerichtet ist.

Die Abwehrhaltung des Menschen entwickelte sich, um das Individuum vor Angriffen oder Zurückweisung zu schützen. Ein Mensch nun, der wiederholt verletzt worden ist, errichtet Abwehr-Bastionen, die ihn in Zukunft vor solchen Verletzungen bewahren sollen.

Mit der Zeit jedoch erweisen sich diese Mauern als Gefängnis der Angst und die Mauern, mit denen wir uns **innerlich** umgeben haben, lassen unser **äusserliches** Muskelsystem erstarren.

Unterdrückung von Angst führt auch zur Unterdrückung von Aggressionen. Der Körper hält dem Spannungszustand nicht stand und **reagiert mit Krankheit.**

Ischialgie (Schmerzen, die im Verlauf des Ischiasnerven, wie **Gesäss**, rückwärtiger Ober-, äusserer und hinterer Unterschenkel sowie Fus bis zur Grosszehe auftreten) z.B. ist ein Tritt der Seele in unseren Allerwertesten, damit wir von der Wahrheit getroffen werden. Wenn wir dann im Bett landen, hat es die Seele geschafft, dass wir **ihr Aufmerksamkeit** schenken.

Nun nützt auch kein Druck, um im Krankheitsfalle etwa mit Antibiotika oder anderen Rosskuren möglichst schnell wieder gesund zu werden, sondern wir müssen begreifen,

dass zur Heilung **nicht;**

- o Radio
 - o Fernsehen
 - o Bücher
 - o Besucher
- nötig sind,

sondern;

- o Ruhe
- o Besinnung
- o Erkenntnis
- o Verwandlung

Wie die Tiere müssen wir es lernen, uns zurückzuziehen, die Zeit arbeiten zu lassen, sich erlauben, krank zu sein, um der Seele Gelegenheit zu geben, über den Körper wieder **heil** zu werden, aus der Kraft der Erkenntnis uns zu heilen, die Gedanken zu verwandeln.

So verstanden kann eine Erkrankung für einen Menschen auch **Gewinn** bedeuten, sie kann also einen **Anstoss** geben, sich dem eigenen Inneren zuzuwenden, um einen längst fälligen Entwicklungsprozess in Gang zu setzen.

Es gibt keine anderen Störer, als uns selbst!

Was wollen wir also:

**Krank bleiben
oder
heil werden?**

Wir erkennen, dass fast jede Krankheit ein nicht gelöster, nicht gelebter Konflikt ist, meist in den zwischenmenschlichen Beziehungen nicht gelöst.

Ein Choleriker schafft diese Lösung anscheinend schon ganz gut: Er lebt seine Konflikte in den zwischenmenschlichen Beziehungen aus! Nachdem er sich ausgetobt hat, sind alle krank, nur er nicht!

BRUNO MURER *der Gedanken-Mentor*

Aber und leider kommt er nicht zu der Erkenntnis, dass auch **Zorn** nichts bringt und er weiss auch nicht, dass sich seine Seele den Weg in die Heilung auch hier erzwingt!

Also: entweder lösen wir den Konflikt draussen in den zwischenmenschlichen Beziehungen oder er rutscht in unsere Seele und diese verlagert die Reizung wieder auf die eine oder andere Art und Weise in die körperliche Ebene.

Und denk daran:

*In der ersten Hälfte des Lebens geben wir unsere Gesundheit hin,
um zu viel Geld zu kommen.
In der zweiten Hälfte gibt man wieder sein ganzes Geld hin,
um gesund zu werden!*

Wenn wir Konflikte von innen nicht richtig anpacken, werden wir nur zur **Schein-Heilung** geführt, werden wir zur **Symptom-Verlagerung**, weil die Seele sich die nächste Schwachstelle sucht, um sich auszudrücken und wir so andauernd mit anderen Krankheiten zu tun haben!

Erst wirkliche Lösung des Konflikts befreit uns von ihm und den daraus resultierenden Krankheiten.

Die Organsprache des Körpers nun ist eine Symbolsprache, bei der sie durch die Symbolik der Krankheit dem Körper etwas mitteilen lässt, was in der Seele krankmachend vor sich geht. Wenn der Körper krank wird, ist es die Seele schon lange zuvor gewesen. Du hast es nur nicht gewusst!

Wir werden erst krank, wenn wir die Symbolik, ja den **Schrei** der Seele nicht erkennen, überhören! Die Krankheit wird erst dann zu unserem Helfer, wenn wir endlich wach werden, um den Schmerz zu beseitigen.

Not ist **notWENDIG**, damit die **WENDE** möglich wird.

Krankheit ist Verlassen der Harmonie
besser:
Krankheit ist Wiederherstellung des Gleichgewichts.

„Wer um seine Krankheit weiss, ist nicht mehr wirklich krank“
(Laotse).

BRUNO MURER *der Gedanken-Mentor*

Die erste Spur einer Erkrankung unserer Seele erkennt man an dauernder
UNZUFRIEDENHEIT.

Das ist ein Konflikt zwischen Frieden und Unfrieden, ein erster Anstoss für eine sich möglicherweise weiterentwickelnde Krankheit, wenn wir diese Unzufriedenheit immer wieder überhören.

Schliesslich führt das dauernde Überhören zu einem **Reizzustand**, den der Mediziner mit dem analogen Begriff „akut“ (..itis..) bezeichnen würde.

Es folgt die **seelische Verschleppung** des Konfliktes. Der Arzt würde es chronisch nennen.

Der degenerative Zustand schliesslich heisst metaphysisch **seelische Erstarrungshaltung**

Das sind „...osen..“ z.B. Arthrosen, Zirrhosen, Verkalkungen, also Blockierungen der Beweglichkeit. Viele Gelenkerkrankungen haben daher unmittelbar mit seelisch-geistigen Erstarrungen zu tun.

Hier muss ich unbedingt etwas Wissenschaftliches anbringen: Bei der Apollo-3-Mission hatte eine Explosion an Bord des Raumschiffes die Rückkehr zur Erde gefährdet und die Astronauten in extremen Stress versetzt. Zwei der drei Raumfahrer entwickelten trotz der sterilen Atmosphäre im Raumschiff einen grippalen Infekt.

Stress hatte den Abwehrzellen zugesetzt!

Dieses Ereignis prägte den Begriff der **Psycho-Neuro-Immunologie** (PNI).

**Das Prinzip ist einfach:
Unser Immunsystem ist glücklich,
wenn wir glücklich sind,
und es trauert,
wenn wir trauern.**

Das Immunsystem ist nicht autonom, es ist konditionierbar. Jedem Geisteszustand entspricht ein bestimmter Immunität und umgekehrt (Beispiel: Beeinflussung der Wachstums-DNA durch vernachlässigte Kinder oder des Immunsystems von Studenten mit Prüfungsangst).

Im limbischen System unseres Gehirns, vor allem im Hippocampus, fällt die Entscheidung, ob Stress als positiv oder belastend empfunden wird.

Während eines Stressvorganges produzieren die Lymphozyten weniger Interferon, ein wichtiger Botenstoff für Immunzellen. Daraufhin ist die Aktivität der Killerzellen reduziert. Im Blut der gestressten Person finden sich nun über einige Monate weniger T-Helferzellen. Im gesamten Stressablauf erweitern sich die Pupillen, der Blutdruck steigt, die Herzfrequenz nimmt zu. Die Atemfrequenz wird grösser. Von der Leber wird vermehrt Zucker an das Blut abgegeben. Darüber hinaus kann sie grössere Mengen von Cholesterin, vorw. Alpha-Lipase, freisetzen.

Muskelschmerzen durch Milchsäure treten auf, die Speichelsekretion lässt nach, der Mund wird trocken. Der Mensch wird durch die Umverteilung des Blutes blass. Die Nierendurchblutung wird herabgesetzt, die Leistung der Nieren vermindert. Die Verdauung verlangsamt sich bis zur Verstopfung oder es kommt zu chronischem Durchfall bzw. andauerndem Harndrang.

Die Muskeln können sich erheblich verspannen, wodurch wiederum die Ausscheidungsvorgänge behindert werden. Der Stress beeinträchtigt das Immunsystem und öffnet Tür und Tor für Erkrankungen, Infektionen und massiv allergische Reaktionen.

Ein symbolisches Beispiel für die Organsprache:

Wir wissen, wie das ist: oft **Erkalten** wir gegenüber einer Person, die wir nicht mögen oder gegenüber einer bestimmten Situation oder wir zeigen eine geistig-seelische Abneigung gegen jedes weitere Hereinlassen von Informationen und ein bestimmtes Thema landet damit, wie üblich, im Schatten, d.h. es wird ins Abseits oder gar aus dem Bewusstsein gedrängt:

Wir sind sauer!

An den Nervenendpunkten bildet sich durch die seelische Belastung, durch Stress eben, *ein saures Milieu*. Der Körper zeigt nun zunächst einen *entzündlichen Konflikt* an seiner Eingangspforte (mediz.: am lymphatischen Abwehrring), hier: **Mandeln/Tonsillen**:

Schlucken (müssen) bzw. Hereinlassen tut so weh, dass es schließlich ganz verweigert wird.

Das Immunsystem (Lymphsystem) versperrt den Durchgang in die eigene Innenwelt.

Parallel dazu werden auch noch andere Eingangspforten deutlich dichtgemacht:

- man hat häufig die Nase voll
- die Augen sind gerötet, man würde sie am liebsten schliessen
 - die Ohren fühlen sich dumpf an
 - die Zunge ist belegt, nichts schmeckt
 - die Stimme wird schwach und heiser

mit anderen Worten: **man will nichts mehr hören und sehen**, nichts mehr sagen und vor allem: **nichts mehr schlucken müssen**.

Das Einzige, was noch herauskommt aus dieser Festung, die alle Kommunikationen mit der Aussenwelt eingestellt hat, **sind Aggressionen**:

- o bellende Hustenstösse vielleicht
- o heftiges Niesen
- o Schnauben der verschnupfen Nase

Alle Sinnes- und sonstige Pforten sind geschlossen, hier hat jemand genug und möchte in Ruhe gelassen werden, sonst **hustet er einem was!**

Beispiele volkstümlicher Formulierungen -von Kopf bis Fuss-

- sich die Haare raufen
- die Hände über den Kopf zusammenschlagen
- die Augen vor etwas verschliessen (Allergie)
- da bleibt einem die Spucke weg
- mit den Zähnen klappern
- auf dem Zahnfleisch gehen (fix und fertig sein)
- es geht an die Wurzel/den Nerv u. schmerzt dann
- sein Gesicht verlieren (Trigeminus-Neuralgie)
- zum Halse heraushängen
- das schnürt einem die Kehle zu
- einen Kloss im Halse haben (Gl. hyst., Schilddrüse)
- etwas nicht schlucken wollen/können
- jemanden die kalte Schulter zeigen
- die Angst sitzt im Nacken
- Nackenschläge bekommen
- die Sorgen sitzen im Genick

Schwierige Situationen sowie Arbeits- u. Schicksalsdruck können zu HWS und anderen WS-Beschwerden oder gar zu Bandscheibenvorfällen führen:

- den Buckel hinhalten
- sein Kreuz tragen
- unbeweglich sein
- Druck des Schicksals
- sich auf etwas versteifen (M. Bechterew?)
- schwer am Herzen/im Magen liegen
- etwas nicht verdauen können
- eine Laus ist über die Leber gelaufen
- da läuft einem die Galle über
- jemand spuckt Gift und Galle
- an die Nieren gehen

Wirkliche Gefühle verdrängen, innerlich verhärten, Ärger schlägt auf Leber/Galle:

- Wut im Bauch haben
- es wurmt einen

Verdrängte Wut führt zu Blähungen, sich ärgern, etwas in sich hineinfressen, Dickdarm Beschwerden bis Appendicitis:

- nicht zu Topfe/Stuhle kommen

Mit einer Situation nicht zurechtkommen, Verstopfung, aber auch Geiz, nicht loslassen:

- kein Stehvermögen haben
- sich hängen lassen

Fehlende Stärke, Entschlossenheit, Kraft, fehlendes Ansehen:

- etwas nicht ver-stehen können (Beinbruch)
- wenn einem die Beine versagen
- ins Schleudern geraten

wegen einer äusseren oder inneren Situation einen Auto-Unfall erleiden:

- aus dem Gleichgewicht geraten

seelisch-geistig, damit aber auch körperlich sich auf die Beine auswirkend.

Der Weg der Erkenntnis

führt nun über mehrere Schritte:

- Es muss die Bereitschaft gebildet werden, sich mit der Krankheit zu konfrontieren und die Ursache zu erkennen.
- Dabei darf man sich nicht vom Auslöser der Krankheit blenden oder gar ablenken lassen (grippale Infekte werden natürlich durch eine Schwächung der Abwehrkräfte ausgelöst, Ursache ist aber seelische Unausgeglichenheit).
- Wichtig ist die Klärung des genauen Zeitpunktes und das Erkennen des Spannungszustandes.
- Zu klären ist auch die Frage: Zwingt mich die Krankheit zu etwas oder hindert mich die körperliche Störung an etwas?

Kommt man mit diesen Fragestellungen immer noch nicht zurecht, sollte man, wie beschrieben, das Geschehen volkstümlich definieren, um hinter das Geheimnis der Erkrankung zu kommen.

Erkenntnis ist also Heilung. Je umfangreicher die Anamnese, je besser die Diagnose, umso weniger Therapie; denn wahre Diagnose ersetzt Therapie, schafft selbst schon Heilung. Es scheint bequem, ein Symptom-verdrängendes Mittel zu schlucken, im Übrigen aber die/der Alte bleiben zu können. So braucht man an seinem Leben nichts zu ändern und lässt den Onkel Doktor für einen handeln.

BRUNO MURER *der Gedanken-Mentor*

Erkennst du jetzt, dass Krankheit dem Entwicklungsschub des Menschen dient, der Evolution? Sie soll uns helfen, reifer und heiler zu werden, sie soll uns auch das Alleinsein, das **ALL-EINS-SEIN**, lehren.

Lass daher die Angst los, die Angst vor Beziehungen, Krankheit oder Tod; denn Heilung ist in erster Linie und vor allen Dingen **SELBSTHEILUNG**.

Lass los, übe Vergebung dir selbst und anderen gegenüber. Lösche alte Vorstellungen und wandle sie in positive Bildvorstellungen, Glaubenssätze, formelhafte Vorsätze um.

Nichts ist unmöglich, dem GEIST (dem Unterbewusstsein, der Seele) sind keine Grenzen gesetzt. Nicht das Böse, Schlechte (die Krankheit) hassen, sondern das GUTE (Gesundheit) lieben.

Wahre Gesundheit ist innerer Frieden, in diesem AUGENBLICK, trotz Krankheit, Unfall, Behinderung.

„Du kannst nur in diesem AUGENBLICK wirklich leben“

oder

„Das Beste ist, wenn du voll und ganz im AUGENBLICK lebst und die Zukunft für sich selbst sorgen lässt“

oder

„Jeder AUGENBLICK ist kostbar“

Der wahre Schlüssel zum Glück besteht also einmal darin, friedlich in der **GEGENWART** zu leben und weder zu urteilen, noch zu beurteilen und schon gar nicht zu verurteilen. Ändere deine Einstellungen und sei offen und harmlos.

Triff die Entscheidung nicht immer selbst und allein, sondern ruf einen echten Freund zu Hilfe oder ruf in deinen **INNEREN FREUND**, dein ewiges Selbst und bitte um Führung.

Und es ist unendlich wichtig, endlich **ZUZULASSEN**, was wir vielleicht seit der Kindheit nicht mehr ausdrücken konnten:

- **ÄNGSTE**, die wir nicht haben durften
- **TRÄNEN**, die wir nicht weinen durften
- **GEFÜHLE**, die wir herunterschluckten

Vielleicht führst du bei gesundheitlichen Problemen ein Tagebuch oder gar ein Traum-Buch. Dann wirst du vielleicht eines Tages die tiefere Ursache deines Leids erkennen.

Möchte jemand ein erfülltes und reiches Leben führen, so müsste er zunächst sein Herz sich selbst, dem Leben und der Liebe öffnen. Denn ohne Liebe zu sich selbst, zum Mitmenschen, zur Natur und zum Kosmos ist ein Mensch kalt, isoliert, ja un-menschlich.

Jede gute Therapie muss daher dem Menschen bei der Entwicklung der Fähigkeit helfen, sich selbst zu lieben, Liebe zu geben und zu empfangen. Eine solche therapeutische Behandlung sollte daher nicht nur den Geist, sondern auch das Herz (symbolisch oder nach der Chakra-Lehre) erweitern.

Wichtig sind:

- ♥ Hoffnung
- ♥ Positive Erwartungen
- ♥ die richtige Art mit Stress umzugehen
- ♥ in Schwierigkeiten weniger Probleme, vielmehr Herausforderungen zu sehen
- ♥ Freunde
- ♥ soziale Kontakte
- ♥ Humor (über sich selbst lachen)
- ♥ eine optimistische Einstellung
- ♥ Fähigkeit, Gefühle auszudrücken
- ♥ und vor allem: **Liebe(n was ist)**

Nimm diese GANZHEITLICHKEIT ernst!

Versuche, durch bestimmte und positive Einstellungen und Übungen Körper, Geist und Seele und die gesamte Lebensführung zu harmonisieren. Damit du zu innerer Ruhe findest.

Räume dir daher Zeit ein für sanfte Veränderungen deiner Persönlichkeit. Lerne, dich so zu akzeptieren, wie du bist, um so gleichzeitig besser mit künftigen Stress- und Krankheitssymptomen fertig zu werden. Nutze sogenannte **Alphazustände** aus, um etwaige künftige Erregungskurven möglichst niedrig zu halten.

BRUNO MURER *der Gedanken-Mentor*

Nimm dazu auch die Hilfe von aussen an: lass dich in Techniken wie Autogenes Training und Yoga einweisen. Entspannung und positive bildhafte Vorstellungen und auch bestimmte, meditative Techniken helfen heilen, führen zur Harmonisierung der Körper-Rhythmen und zu innerer Ruhe. Schliesslich ist Mann/Frau nie zu alt, um sich selbst mit Hilfe von muskulären und vegetativen Techniken zu helfen.

Krankheit ist ein unangenehmes, aber sehr hilfreiches Mittel, sich über sich selbst und das Leben Klarheit zu verschaffen und so bewusster zu werden.

Je bewusster der Mensch wird, desto heiler wird er.

Aber Krankheiten werden seinen Weg hin bis zum kosmischen Bewusstsein, zum HEILIGEN als Entwicklungs- und Informations-Stimulanz begleiten.

Denn die Seele befindet sich immer im Fluss, sie geht durch Lernprozesse und Entwicklungen, die mit subjektivem Erleben, statt mit Raum und Zeit, zu tun haben.

