

Heile Dich selbst! Aktiviere Deine eigene Selbstheilung!

Wenn Du meine Homepage gut durchgelesen hast, wirst Du bereits wissen, dass nicht ich Dich heile, sondern dass ich Dich in Deinem Selbstheilungsprozess unterstütze. D.h. ich bin weniger eine Heilerin als eine Heilungshelferin. Denn die einzig wahre Heilung ist die Selbstheilung!

Für die Selbstheilung sind positive Gedanken und vor allem Gefühle essentiell. Dazu möchte ich Dir einen Ausschnitt aus folgendem Buch zu lesen geben, das mich stark fasziniert hat:

Aus dem Buch **«Das Gesetz der Resonanz»** von **Pierre Franckh**
Koha Verlag, ISBN 978-3-86728-066-2

«Auch in meinem Leben gibt es Erfahrungen mit meinen Selbstheilungskräften, die auf diese Weise – glaubt man den klassischen Schulmediziner – gar nicht hätten stattfinden dürfen: Ich war gerade 20 Jahre alt und litt unter starken Rückenschmerzen. Ich wurde gleich zu einer Koryphäe auf diesem Gebiet geschickt.

Die Diagnose nach seiner ersten Untersuchung war vernichtend: Ich litt unter Morbus Bechterew, einer chronischen-entzündlichen Krankheit der Wirbelsäule. In wenigen Jahren würde sich mein Rücken vollständig versteifen. Es gab keinen Zweifel, alle Laborwerte sprachen dafür.

Man vereinbarte, eine Woche später, wenn sich der erste Schock gelegt hätte, die weiteren therapeutischen Schritte zu besprechen. Es war klar: Diese Krankheit war unheilbar, ein Leben als Schauspieler nicht länger möglich. Innerhalb kurzer Zeit würde die Wirbelsäule so versteifen, als wäre sie ein einziger Knochen. Nicht nur das. Gleichzeitig würde sich der Rücken verkrümmen, sodass ich nur noch auf den Boden sehen könnte.

Eine Woche verging – eine der schwersten Wochen meines Lebens. Damals wusste ich noch nichts von *Erfolgreich wünschen* oder von Quantenphysik; ich wusste nicht, dass man durch Gedankenkraft sogar die DNA verändern kann; ich wusste nur eins: *«Ich bin gesund. Mein Rücken ist wundervoll. Ich liebe meinen Rücken. Ich bin kraftvoll und stark. Ich bin lebendig und beweglich.»*

Ich buchte Tennistrainingsstunden für ein Jahr voraus, nicht weil ich verzweifelt war, sondern weil ich mich so freute, aufgerüttelt worden zu sein; weil ich wusste, wie schön es ist, gesund zu sein. Für mich gab es keinen Zweifel: Mein Leben begann jetzt! Ich lachte über den kosmischen Witz, ich bedankte mich für den warnenden Hinweis, ich war aufgewacht und spürte mich, spürte das Leben in mir und war gesund. Ich bin und war gesund. Ich konzentrierte mich Tag und Nacht, jede einzelne Minute, jede noch so kurze Sekunde auf

das Wunder, das sich in mir offenbarte. Sehr zur Verwunderung meiner Umgebung. Keiner konnte sich meine gute Laune erklären, mein Glücklichein, meine Liebe zu allem und jedem. Ich tanzte, ich sang, ich war verbunden, ich war *eins*. Ich war voller Dankbarkeit und Anerkennung für mein bisheriges Leben.

Der Arzttermin kam, weitere Untersuchungen, weitere Labortests. Der Arzt wunderte sich über seinen lächelnden und gut gelaunten Patienten – und dann platzte die Bombe. Unerklärlich. Unfassbar. Noch nie dagewesen. Eine Verwechslung ausgeschlossen. Und dennoch stand ein stotternder Arzt vor mir. Die rheumatische Entzündung, die Wirbelsäule, das angegriffene Kreuzbein-Darmbeingelenk, es war doch so eindeutig, und nun ... Wir müssen das noch einmal untersuchen. Aber auch drei Tage später hatte der Arzt, die Koryphäe unter den Ärzten, keine Erklärung dafür. Verschwunden. Weg. Nichts mehr zu sehen, nichts mehr nachzuweisen. Die Blutsenkungsgeschwindigkeit völlig normal, kein HLA-B27, keine Spondylitis, es tue ihm leid, nein, er sei natürlich glücklich, aber ... Ich glaubte fast, es wäre ihm lieber gewesen, alles hätte seinen normalen schrecklichen Verlauf genommen, damit sein Leben weiterhin in geregelten Bahnen verlief. Aber so, ein Händedrücken, ein ungläubiges Kopfschütteln. Ich weiss noch, wie ich ihn tröstend in den Arm nahm, ihm zusicherte, er habe alles richtig gemacht; wie ich die Arzthelferin küsste und dann mit dem Tennisspielen begann.

Heute weiss ich, was damals geschehen ist. Heute bin ich zutiefst berührt: von dem Geschenk meiner selbst und von der Kraft meiner Gedanken.

Woher ich damals diese Sicherheit genommen habe? Ich weiss es nicht. Aber rückblickend erkenne ich, dass ich aus diesem Ereignis unglaublich viel Selbstsicherheit gewonnen habe, die bis heute blieb.

Diese Erfahrung von damals und weitere Erlebnisse haben mich gelehrt, dass wir unsere Gesundheit selbst in der Hand haben – mehr, als wir ahnen. Dies ist meine feste Überzeugung.»

**Und was glaubst du?
Dein Glaube ist die alles entscheidende Kraft.
Entscheide dich und richte dein Leben danach aus.**

Du bist der Schöpfer Deines Lebens – interessante Facts für Deine Selbstheilung!

Erkenntnisse der Untersuchungen des HeartMath Institutes, California:

- Die elektrische Kraft des Herzsignals (EKG) ist bis zu 60-mal stärker als das elektrische Signal des Gehirns (EEG)
 - Das magnetische Feld des Herzens ist sogar 5000-mal stärker als das des Gehirns.
- ⇒ Sollen unsere Wünsche in Erfüllung gehen, müssen wir von der Verwirklichung der Wünsche überzeugt sein und von der Verstandesebene in die Herzebene kommen, d.h. in eine glückliche Stimmung!
- Gefühle von Anerkennung, Dankbarkeit und Liebe stärken die Widerstandskräfte mit 300'000facher Wirkung.

Wir nehmen mit unseren Sinnen nur 8% des gesamten Lichtspektrums wahr. D.h. 92% der Wirklichkeit, die uns umgibt, verpassen wir!

Das Gesetz der Resonanz sagt immer «Ja».

Es bestätigt dich immer in deinem Glauben.

Es widerspricht dir nicht.

Die Energie fragt nicht nach Moral und bewertet nicht.

Sie fragt nicht, ob es dir nützlich ist oder dich in deinem Leben behindert.

Energie reagiert fortwährend nach deinen ausgesandten Impulsen.

Die stärkste Energie, die wir zur Verfügung haben ist:

Die Liebe

«Verliebe» dich in deine Wünsche!

Das erzeugt die grösstmögliche positive Energie.

Gedächtnisinhalte werden über Nacht gespeichert. Das heisst, je näher das Erlebnis zum Schlaf ist, desto intensiver wird es in unser Gedächtnis eingebaut. Verzichte vor dem Schlafengehen auf Nachrichten und Filme und nutze diese Zeit für Deine Visualisierungen!

Durch neue Denkweisen und Handlungen können wir neue Nervenzellen des Gehirns aktivieren. D.h. die Funktionen der Neuronen können sich verändern und andere Verknüpfungen können entstehen. Bereiche die wir nicht nutzen, werden abgebaut. Darum sind Affirmationen überaus hilfreich, weil sie das eigenen Resonanzfeld umprogrammieren!

Was immer Dir Freude bereiten würde, solltest Du Dir in den buntesten Farben ausmalen und Dich darüber von ganzen Herzen freuen. Dies stärkt und beschleunigt die Selbstheilungskräfte enorm, weil Du Dich in Resonanz mit dem gesunden Ereignis bringst.