

Empfehlungen oder: „Das Beste kommt zum Schluss“

Liebe Patientinnen und Patienten,
liebe Freunde,

Über Gesundheit, Krankheit und Therapie wurde unvorstellbar viel geschrieben. Ich mag eigentlich diesen Wortsalat nicht noch vergrößern. Die (vorläufige) Beendigung meiner Tätigkeit kam aber dermassen abrupt, dass ich doch der Versuchung nicht widerstehen kann, ein Schlussbouquet zu schnüren – in der Hoffnung, dass das eine oder andere Blümchen daraus seinen Weg findet.

Vielleicht ist es zu Beginn sinnvoll, den Blick etwas weitherum schweifen zu lassen. Neben den persönlichen Zusammenhängen, gibt es Problemkreise, in denen wir alle befangen sind. Die hektischen Rhythmen unsere Zeit, die unfassbar vielen Toxine in Wasser, Luft, Nahrung und im elektromagnetischem Umfeld fordern alleine bereits einen sehr hohen Tribut. Hierüber wurde viel geschrieben und man kann sich über alle Facetten schlau machen.

Nicht zu vergessen ist das Giftigste überhaupt. Ich muss ein letztes Mal Freund Novalis bemühen: „Nichts giftet wie die Seele“. Wenn ich eine Diagnose für die Gesellschaft abgeben müsste dann wäre es diese: chronische Panik.

Unser Denken und Handeln ist angstgesteuert.

Die Angst wird unaufhörlich von allen Seiten geschürt. Die Medien huldigen der „Pornografie des Grauens“ und bringen Livebilder von verstümmelten Opfern aller Länder in die gute Stube. Die Versicherungen versichern uns, dass wir alle nur mit Versicherungen einigermaßen sicher durch das Leben gehen können. Es scheint so, dass ein Zurückstufen der Lebensansprüche gar noch schlimmer sei als das Sterben auf einem der sinnlosen Schlachtfelder dieser Welt. Und wie sieht es um den Arbeitsplatz aus, wie stabil ist die Beziehungsebene im engsten und weiteren Umfeld, wie steht es um die politische Stabilität und – überhaupt – wann kommt das nächste Erdbeben?

Mit solchen „Erregern“ an Bord nützt die ganze physische Gesundheit nichts, wir sind erledigt. Dieser inneren Kränkung folgt früher oder später unweigerlich ein gesundheitliches Problem auf der körperlichen Ebene.

Das Heil in der Kirche, einer Sekte, einer Philosophie oder irgendwie gearteten Bewegung zu suchen bringt es mit sich, dass man das Hirn bei Eintritt an der Garderobe abgeben muss – und das macht auf Dauer auch wenig glücklich. Wenn an der Eingangstüre der Schriftzug prangt „hier wird für dich gedacht“, kann uns das nur vorübergehend Ruhe und Sicherheit verschaffen, weil es uns unserer stärksten Kraft beraubt; dem eigenständigen, klaren Denken, das die Gefühle ernst nimmt, aber auch ordnen kann.

Wie schiebe ich aber allen Unrat beiseite und kümmere mich um die mich wirklich im Kern betreffenden Fragen? Eines ist klar. Ich muss Unsicherheit aushalten können um einen neuen Schritt gehen zu können. Ich muss mich frei machen können von

möglichst vielen Fesseln der Angst, die mich in jeder Bewegung hindern. Freiheit kostet Mut – und ich brauche Zeit für diese Prozesse.

Zeit ist aber ein Luxus, den ich mir in der aufreibenden Hektik nicht gönnen kann. Jedenfalls so lange nicht, bis mich eine Krankheit zwingt, mir sehr wohl Zeit zu nehmen. Nur ist dann bereits der Körper daran die Rechnung zu bezahlen und ich habe doppelte Arbeit: Wiederherstellung der körperlichen Gesundheit und mühselige Ausgrabungen betreffend der zu Grunde liegenden Fragen.

Wer sich auch noch Präparate der Pharmaindustrie einverleiben muss, ist nochmals in vielerlei Hinsicht geschwächt. Mögen die Medikamente auch noch so hilfreich sein für einen bestimmten Anwendungszweck und damit ihre Richtigkeit haben, so mehren sie in keinem Fall die Kräfte der Zellen oder Organe. Vielmehr „regeln“ sie das Zusammenspiel durch eine Vielzahl von Hemmungen und Blockierungen oder Aktivierung von Gegenspielern. Da das ganze biochemische Konzert extrem komplex ist, weiss am Ende keiner mehr wirklich, was man tut, was der Gesamteffekt für den Organismus ist.

Ich habe über Jahrzehnte betont, dass die Pharmakologie und die Medizintechnik in unserer Zeit ihren Platz und ihre selbstverständliche Berechtigung haben. Es gäbe von mir nur noch ein formloses Aschenklümpchen, wenn ich nicht durch gerade diese Möglichkeiten gerettet worden wäre.

Das Problem liegt nicht in dieser sehr technologischen Richtung an sich, es liegt an der Allmachtstellung, die hier beansprucht wird. Eine „Wissenschaft“ die keine Werkzeuge hat, dem Lebendigen an sich und der Welt der Gefühle und Gedanken gerecht zu werden, kann diesen Anspruch einfach nicht stellen, wenn sie ernst genommen werden will. Auch wenn wir uns daran gewöhnt haben; es ist geradz lächerlich.

Die Werkzeuge, die notwendig wären, um dem beseelten Leben zu begegnen sind zu einem grossen Teil erst zu entwickeln, aber Geisteswissenschaft und Kunst haben bereits Jahrhunderte (Jahrtausende) Entwicklung in dieser Richtung hinter sich. Das kann man nur übersehen, wenn man von der unglaublichen Bedeutung unserer Zeit und unserer Errungenschaften völlig verblendet ist.

Die Werkzeuge zur Erforschung der Lebensphänomene sind seit Jahrzehnten verfeinert worden. Hier ist aber eine wissenschaftlichere Grundhaltung und ein unermüdliches ernsthaftes Forschen unbedingt wünschenswert, weil manches heute bereits als Therapieinstrument verkauft wird, obwohl es noch in der Kinderstube herum tappt. Gerade im Gebiet der Bioresonanz tummeln sich leider einige solche „Wunderkisten“.

Auch in der Komplementärmedizin ist selbstkritische Beurteilung der Werkzeuge, der Konzepte und des Erreichbaren weitgehend verkaufstechnischen Argumenten gewichen. Als „chronischer Idealist“ brauchte ich Jahre für diese simple Erkenntnis. Wachsamkeit ist also auch hier unbedingt notwendig.

Eine wissenschaftliche Haltung die offen und frei genug ist, das nicht Wissbare ehrlich zu deklarieren und mutig und frei dazu, den Dschungel des noch Unbekannten täglich etwas begehbarer zu machen – das wäre das Ziel. Und das braucht Zeit und Unabhängigkeit.

Welcher Forscher hat das? Gelehrt wird, was erforscht ist. Kein Problem; ausser, dass es daneben noch ganze Kontinente gibt, von denen man keinen Ahnung hat. Das Problem fängt dort an, wo man sagen muss: geforscht wird was bezahlt wird, weil es sich voraussichtlich bezahlt macht. Das Zeigt den Weg in aller Klarheit auf. Folge dem Geld und du erkennst die Struktur.

Nochmals; es ist wundervoll und erleichtert das Leben enorm, diese heutige „Strukturen“ zu haben. Das Leben, Fühlen und Denken wird aber erstickt, wenn alles Andere auf der Strecke bleibt, was unser Leben im Wesentlichen ausmacht, aber nicht wert ist weiter entwickelt zu werden, weil es sich nicht vermarkten lässt. Wieder sind gefragt: Freiheit, Mut und Zeit.

Und dann gehört man zu den vermeintlich Unglücklichen, deren Leben durch Symptome einer gestörten Körperfunktion beeinträchtigt wird. Wir sollten ganz einfach eines dabei nie vergessen: das Leben beginnt mit diesen Symptomen mit uns zu sprechen. Die Sprache ist „erbarmungslos“ klar und deutlich und meist auch so hart, dass wir endlich reagieren müssen. Das schmerzt im wahrsten Sinne des Wortes, aber hier besteht eigentlich erst eine Chance auf Rettung, auf ein im Innersten gesundes Leben.

Wir sollten bei allem, was wir tun, bei allen als wunderbar angepriesenen Therapien niemals vergessen und unterlassen, uns in uns selbst zurück zu ziehen und nach den Grundfragen zu graben, die uns plagen. Schon wenn wir nur in die Nähe einer Erkenntnis kommen, erscheint ein Bild einer möglichen Lösung und damit eines wieder ganz, respektive heil Werdens. Wohl dem, der dann weiter gräbt und nicht erst durch ein erneutes Krachen im Gebälke dazu gezwungen wird. Aber es ist nur zu verständlich und menschlich, bei der ersten Linderung wieder ins alte Leben zurück zu hüpfen.

Und wo holt man sich Anregungen und therapeutische Impulse?
Überall und nirgends.

Kein Arzt oder Therapeut, pardon auch keine Ärztin oder Therapeutin kann euch helfen. Zumindest wenn man davon ausgeht, was Hilfe sein müsste: Erkenntnis aller wichtigen Zusammenhänge im Schicksal, in diesem Leben, im weiteren und engeren Lebensumfeld, im Geistigen, Seelischen, Lebendigen und nicht zuletzt im Physischen. Erkenntnis des ewigen Geistkernes und der hier lebenden Individualität, Wissen über deren Aufgabe und warum und in welcher Ebene der Realisierung dieser Aufgabe Grenzen gesetzt werden müssen, durch deren Überwindung der nicht verkörperte, ewige Wesenskern einer Weiterentwicklung erfahren kann. Unmöglich! Echt! Aber auch unnötig.

Hätte ich all dieses Wissen und würde einen Kranken damit konfrontieren, könnte ich nur hoffen, dass er laut schreiend das Weite sucht.

Dadurch, dass die Lösung auf dem silbernen Tablett serviert wird, übe ich ungebührlich massive Macht aus und verunmögliche letztlich, dass der Mensch durch Überwindung der Probleme wachsen kann. Er darf sich dann einen neuen Körper und ein neues Leben mit derselben Aufgabestellung suchen. Dieses Leben habe ich ihm verbockt. Wahrlich eine Grosstat.

Sicher ist das ein extremer Blickwinkel. Aber als Therapeut muss ich so denken lernen, denn ich bin immer in Gefahr, Falsches zu tun. Durch meine Unwissenheit bin ich wohl gefeit vom ultimativen Kahlschlag des Gegenübers. Aber manchmal ergeben sich Zusammenhänge, die schon weit und tief genug reichen um das Gegenüber, den Leidenden, tief zu verändern. Sich dann so zurück zu halten, dass man ihn beinahe unbemerkt dorthin führt, wo er das Richtige selbst erkennen kann ist eine selten geübte Kunst. Es ist ungleich viel herrlicher im eigenen Strahlenkranz einher zu schreiten und den armen Gefallen grosszügig ihre Plätze zu zuweisen. Ärzte und Therapeuten (beiderlei Geschlechts...) haben eine grosse Macht – und

viele wählen diesen Weg bewusst oder unbewusst gerade deswegen. Sie sind gut erkennbar – schaut sie euch einfach nüchternen Auges an. Und es sind ihrer, wie mir scheinen mag, viele!

Die Heilung ist von aussen unmöglich.

Heilung ist ein Lebensprozess, ein Lebensweg, vielleicht der Weg vieler Leben mit einem gemeinsamen Ziel. Jedenfalls bleiben diese Zusammenhänge und Gesetze unserem Wissen verborgen. Es wäre unausdenkbar, wenn dem nicht so wäre.

Machtmissbrauch ist wohl eine der verbreitetsten Schwächen unserer Spezies. Könnte wir mit Stoffen, Energien, Worten oder was auch immer wirklich gezielt in den Menschen eingreifen, würde sich der heute im Äusseren geübte Mord und Totschlag auch auf die Ebene der Seele, des Geistes und der Lebensgesetze ausdehnen. Das Chaos wäre perfekt.

Und wohin wendet man sich denn nun, wenn man Hilfe sucht?

Hilfe im Sinne von Linderung und Hilfe zur Erkenntnis der heilsamen Prozesse ist vielerorts möglich. Viele verschiedene Ansätze, Schulen, Techniken, Präparate Anwendungen usw. können heilsam sein.

Erste Voraussetzung ist, der Mensch, der sich dem Kranken gegenüber stellt soll ihn in vollem Wert schätzen und aus echtem Mitgefühl Hilfe anbieten.

Es ist die Liebe, die entscheidet – schlicht und einfach.

Ich kann einem Menschen das falsche Präparat, die falsche Schwingung, ein verkehrtes Therapieprogramm antun, es kann mit durchschlagendem Erfolg hilfreich sein, weil die Grundhaltung, das Geben und Nehmen zwischen zwei Menschen in der richtigen Grundhaltung möglich war. Ich habe mich ehrlich bemüht, nach bestem Wissen und Gewissen Therapien durchzuführen. In Jahrzehnten gerechnet habe ich aber oft genug Fehler gemacht, um diesen Effekt jeweils erschüttert zur Kenntnis nehmen zu können.

Es sprengt den Rahmen dieser Zeilen, alle Therapieansätze aufzählen zu wollen, die innerhalb der sogenannten Schulmedizin und vor allem dann im weiten Feld der Komplementärmedizin bestehen.

Die Fülle spricht eines ganz deutlich aus: keiner hat's und keiner kann's.

Lustig aber, dass man hüben und drüben das Gegenteil hört. Das macht es aber auch einfacher sich zu orientieren. Ein Mensch der weiss und kann ist – wie ich nicht müde werde zu betonen – gefährlich. Einer der anbietet, den Weg mit Euch zu gehen kommt in Betracht. Und wenn dann die persönliche Chemie stimmt ist eigentlich alles geregelt.

Das Leben kann sich über unvorstellbar viele Kanäle aussprechen. Die Möglichkeiten reichen von tiefer Hypnose bis zum elektromagnetischen Keulenschlag. Alles ist möglich, alles geht, wenn der Ansatz im Kern stimmt. Wenn die Kommunikation auf der Herzebene stimmt und nicht allzu viele theoretische Akrobatik betrieben wird, dann ist das Maximum an Linderung oder gar Heilung möglich.

Wir müssen ganz einfach akzeptieren, dass wir das Endziel der Reise nicht kennen. Vielleicht sind wir bereits über viele Leben auf derselben Strasse, vielleicht ist es aber nur ein kleiner Ausrutscher in diesem einen Leben; der Rücken tut dabei gleich heftig weh.

Und wenn ich dieses Problem gelöst habe kommt vielleicht das nächste und dann das nächste und ich frage mich natürlich, was ich hier tue. Ehrlich: ich weiss es nicht. Ich weiss es nicht einmal bei mir selbst. Aber ich habe mittlerweile genug Vertrauen in das Leben, dass der Gesamtkurs stimmt. Ich habe genügend Vertrauen, dass mich ein Hindernis gezielt dort wachsen lässt, wo ich es am dringendsten benötige. In meinen besten Tagen freue ich mich während einer Krankheit über das, was es nun neu aus mir macht. Warum?

Viele kennen meine Geschichte der roten Fäden.

Für die Anderen muss ich sie hier nochmals los werden.

Die tiefsten Lebensfragen übersteigen den Verstand auch (oder vor allem) des Klügsten. Die Antworten sind allenfalls ahnbar, spürbar im Gefühl – wenn überhaupt. Wir bräuchten einen Beweis, dass das Ganze kein Flipperkasten des Zufalls ist. Wir bräuchten die Gewissheit, dass das Leben Sinn und Zweck verfolgt. Wenn es das täte, wären wir nicht mehr so elend alleine und könnten vielleicht auch dem Leid etwas Positives abgewinnen. Und wenn gar hinter Sinn und Zweck eine tiefere Kraft wirkte, die nicht nur unser Leben, sondern alles zusammenhält und leitet – trotz aller Katastrophen und Kriege, trotz allem Elend.

Spätestens hier beginnt das geistige Hochmoor. Ich wage keinen Schritt mehr, weil ich Angst habe vom Morast des Zweifels und der Verzweiflung verschlungen zu werden oder mich der Lächerlichkeit preis zu geben, wenn ich vor lauter Verzweiflung mein Fähnchen steif hochhalte.

Das Denken, das mich bis hierher geführt hat, verlässt mich hier in diesem Niemandsland. Was bleibt ist das Herz, das auch in dieser Einöde weiter schlagen und die Flut der Gefühle ertragen muss.

Nach dem alten Gesetz „wie oben so unten“ kann ich versuchen, den Blick von den Sternen wieder zu meinen Füßen zu richten und dann hinter mich zu blicken: wo bin ich durchgegangen, was ist mir wiederfahren, was hat meine Schritte, meinen Kurs bestimmt? Je älter ich werde, desto gewisser beginnen einzelne Themen sichtbar zu werden. Das sind die roten Fäden die durchscheinen. Sie sind weniger mit dem Verstand, als vielmehr mit dem Herzen zu erkennen. Habe ich den Blick dafür einmal geschärft, sehe ich sie, je näher ich an das Heute komme, desto deutlicher und dicker werden und ich erkennen einzelne Strukturen. Einzelne Themen, Bedürfnisse, Antriebe werden mir bewusst, die mich immer und sogar zunehmend bestimmen. Damit ist aber etwas sehr Wesentliches im Persönlichen als Realität erlebt: es gibt eine Führung. Es gibt einen Kurs und damit ein Ziel. Es gibt damit eine Kraft, die von Anbeginn an auf dieses Ziel hin gearbeitet hat. Es liegt dann wenig daran, wie ich diese Kraft nenne; Engel, Schicksal, Leben, höheres Selbst oder gar Gott. Alle Begriffe sind gleichermassen hilflos und so falsch wie irgendwie auch richtig. Die Kraft ist erlebt und damit als real erkannt.

Dies ist die Ebene der Herzensweisheit.

Die einzige Übung, die man dann konsequenterweise machen müsste ist die Übung der Achtsamkeit. Die Frage „was will der heutige Tag von mir“ muss im Hinterkopf so präsent werden, dass ich zumindest bei aussergewöhnlichen Ereignissen wenn möglich kurz inne halte um mir bewusst zu machen, was nun wohl stimmig ist im Verhältnis zum bisherigen Webmuster meiner eigenen Fäden.

Diese Haltung lässt mich auch erkennen, welche Therapie aus dem schier unübersehbaren Angebot für mich nun richtig ist.

Es wäre ein Leichtes an dieser Stelle über viele Therapieansätze herzuführen. Durch die einleitenden Worte habe ich mir diese Möglichkeit allerdings verbaut und ich „muss“ daher alle Kritik beiseitelassen.

Alles geht und alles kann – wenn nur der Ton stimmt, der bekanntlich die Musik macht.

Eines muss ich aber nochmals loswerden. Keiner weiss wirklich und das sollten zumindest die Menschen die Hilfe suchen stets als Bewusstsein mit sich tragen. Zu eingehende Belehrungen darf man einfach auch einmal stehen lassen. Im besten Fall sind sie Ausdruck dafür, dass der/die Therapeut/in „heftig“ helfen wollte. Aber wenn Therapien sehr kräftig in eine bestimmte Richtung ziehen und prägen wollen ist auch etwas Vorsicht angesagt. Es kann gut sein, dass ein vom chinesischen Therapeuten oder Homöopathen (immer beiderlei Geschlechts) erkannter Prozess richtig ist und auch mit den entsprechenden Massnahmen korrigiert werden kann. Die entscheidendere Frage ist aber: ist das der Prozess, der heute für den Betroffenen selbst zentral ist, oder wird seine Kraft unnötig auf eine andere Ebene gezogen, nur weil der Therapiemensch halt nur diese eine Ebene erkennen kann.

In diesem Sinne sind meine Empfehlungen für die Vitamine zu verstehen.

Dieser Ansatz ist an Einfachheit und Schlichtheit kaum zu überbieten. Aber er lässt frei, er drängt nicht in irgendeine Richtung. Zunächst durch eine mühselige Phase von Versuch und Irrtum ergaben sich einige hochkonzentrierte Vitamine als eine hilfreiche Unterstützung, als eine Quelle der Kraft. Über Jahre des Suchens und Fragens wurde dann endlich klar, warum diese einfachen, schlichten und auch betreffend Menge überschaubaren Stoffe so tiefgreifend hilfreich sind. Sie sind die für die Mitochondrien, die Energiekraftwerke in den Zellen, unbedingt notwendige Nahrung.

Wenn jede Zelle mehr Energie produzieren kann, ist es dem Gesamtorganismus einfacher möglich in der vergifteten Umwelt zurecht zu kommen. Jede Zelle, jedes Organ kann selbst eine gehörige Portion Gift wieder aus sich heraussetzen – gerade so viel, wie dem Ganzen noch zuträglich ist. Eventuell notwendige pharmakologische Stoffe wirken einerseits deutlich besser und sind andererseits meist besser verträglich, wenn die Energie in allen Organen angehoben ist. Häufig kann daher auch eine tiefere Dosis eingenommen werden – aber das soll bitte der Schulmediziner festlegen.

Ich sage das hier nicht aus juristischem Kalkül. In der Zeit des Dr. Google ist jeder Mensch gefühlsmässig Fachfrau und Fachmann für Alles und damit natürlich auch für Medizin. In der Schulmedizin geht das häufig katastrophal ins Auge, weil einerseits die diagnostischen Prozesse komplex sind, andererseits die hier verwendeten Medikamente sehr viel potenter sind in Wirkung und Nebenwirkung und man sehr viel Erfahrung braucht, um diese Dinge ordentlich handhaben zu können. Auch wenn ich das medizinische Allgemeinwissen der jungen Kolleginnen und Kollegen mit wachsendem Argwohn beobachte, so haben sie doch noch immer unendlich viel mehr zu bieten als Google. Da kann man sich echt empfindlich weh tun.

Natürlich sollte man auch eine medizinische Diagnose und Therapie an sich hinterfragen. Das explodierende Problem in der Medizin sind die Algorithmen. Alles läuft nach Schemata ab, die auf Studien basieren (die natürlich auch von Irgendwem bezahlt worden sind). Ein breites Erfahrungswissen bekommen die zunehmend spezialisierten Ärzte entweder definitionsgemäss nicht oder erlangen es kurz vor der Pensionierung (wenn sie diese als Allgemeinpraktiker überhaupt erleben). Das

Problem ist im Moment nur lösbar, indem man sich einer der letzten lebenden älteren allgemein tätigen Kollegen sucht und die Empfehlungen des Spezialisten mit ihm bespricht. Lässt sich ein solcher Allgemeinmediziner nicht (mehr) finden, ist die einzige Möglichkeit ein zweiter Spezialist. Keine Angst, er wird dem ersten schon widersprechen...

Über die Mitochondrien habe ich beinahe bei jedem meiner „Kunden“ viel erzählt. Das Thema ist schwierig verständlich, obwohl man es einfach darstellen könnte. Durch das viele Wiederkäuen in der Alternativmedizin wird es nicht einfacher die tieferen Zusammenhänge zu begreifen. Die ebenso häufig von mir zur Sprache gebrachte Histaminunverträglichkeit, die bei sehr vielen Krankheitsprozessen in mehr oder weniger starkem Ausmass mitspielt, erwies sich als ein Puzzle im Gesamtbild der Mitochondrienprobleme. Es ist das Fähnchen oben drauf. Wenn man eine spürbare Histaminproblematik hat, kann man ziemlich gewiss sein, dass es um die Mitochondrien nicht zum Besten steht und eine entsprechende Therapie hilfreich wäre.

Diese Therapie ist in den von mir beinahe jedem einzelnen verschriebenen Vitaminkombinationen zusammengefasst. Natürlich gäbe es noch 10x mehr Substanzen die auch hilfreich wären und auch enorm angepriesen werde. Auch wissen Viele, dass man das so einfach unmöglich bewerkstelligen kann und diese Therapie in umständliche weitere Massnahmen eingebettet werden „muss“. Man kann das tun, wird es erfahrungsgemäss aber nicht lange durchhalten, weil es Mund und Magen füllt und der Geldbeutel auf Dauer die Schwindsucht bekommt. Ich kann auch die von mir angegebene Quelle des „Dr. Clark-Zentrum“ weiterhin empfehlen, weil Preis und Qualität in einem gesunden Verhältnis sind (info@drclark.com, www.drclark.com / Tel 031 868 31 31 / Fax 031 868 31 32). Einige kamen in den Genuss einer Empfehlung „K.H.3.“ einzunehmen. Nicht ganz unerwartet, ist dieses Präparat nun nicht mehr erhältlich. Ein Auswahl Ersatzpräparate ist bei www.biovea erhältlich. GH3, GH7, GH7PLUS, GH8, GH9. Meine Empfehlung wäre das GH3. Benötigt man eine stärkere Unterstützung versuchen sie Präparat GH7PLUS. Diese Präparate entfalten erst mit den oben erwähnten Vitaminen ihre volle Wirkung und dieses Gesamtpaket ist nichts weniger als mein kleines Vermächtnis. Einzelnen habe ich darüber etwas vertieft berichtet, aber das ist hier aus verschiedenen Gründen nicht möglich.

Das Wichtigste ist, bei diesem „Kapselsalat“ der Hilfsstoffe, dass es freilassende Hilfen zur Selbsthilfe sind. Der entscheidendste Impuls zur wahren Heilung kann nur von innen, aus dem Kern der Persönlichkeit kommen. Führt dies nicht zum ersehnten Ziel der Beschwerdefreiheit, mag es daran liegen, dass ich diese Kräfte noch nicht voll entfaltet habe oder, dass eine Beschwerdefreiheit in diesem Leben einfach nicht mehr möglich ist, weil ich zu spät mein Leben umgekrempelt habe. Dass wir diese inneren Kräfte nicht mehr kennen ist eine traurige Realität. Unsere Kultur verläuft in völlig anderen Bahnen. Die Wirklichkeit schaffende Kraft der aus dem Herzen kommenden und durch den Geist geformten Visualisierung ist uns beinahe völlig unbekannt – einige billige Übersetzungen in der seichten Esoterikszene ausgenommen. Je früher wir in diesem Bereich uns selbst erforschen und kennen lernen, desto eher können wir frei werden und so weit gesunden, wie es unser Körper überhaupt noch hergeben kann.

Eine Nebenwirkung hat diese Therapieform aber – und die ist nicht auf die leichte Schulter zu nehmen.

Wenn der Körper über eine deutlich bessere Grundenergie verfügt, wird er den geistig-seelischen Impulsen schneller und intensiver folgen. Das ist so lange kein Problem, wie wir in diesem Innenfeld das Gefühl der Sinnhaftigkeit, der Harmonie oder gar der Liebe aufrecht erhalten können. Bei wesentlichen Trübungen und Turbulenzen im Denken und Fühlen wird der Körper aber auch direkter und heftiger reagieren und erschüttert.

Wir haben das Steuer übernommen und wieder die volle Verantwortung. Dieser Situation müssen wir gerecht werden – unserem Körper und unserem Leben zu liebe.

Vieles von dem, was ich hier nun geschrieben habe, war über Jahre ein Gemisch von etwas Wissen, einiger Erfahrung, vielen theoretischen Überlegungen, ausgedehnten Reisen in die buntesten Therapiewelten und einem gehörigen Portion Glauben, weil das Wissen immer wieder an seine Grenzen kam.

Die Ereignisse, die nun mein aktives Arbeitsleben (wahrscheinlich) beendet haben, haben nicht mein Leben beendet, auch wenn der definitive Tod nur mit äusserster Not gerade noch abgewendet werden konnte. Sie haben mir das Erlebnis des Sterbens und des neu Werdens beschert und ein neues Leben geschenkt.

Wie bei den roten Fäden ist das, was ich erlebt habe, nur für mich selbst beweiskräftig.

Leider kann ich nicht von prachtvollen Engeln und wunderbarer Himmelsmusik berichten. Vielleicht liegt es daran, dass ich mit aller meiner bescheidenen menschlichen Macht darum bat, wieder zurück kehren zu dürfen zu meinen Lieben. Vielleicht lag es auch daran, dass ich dem Wesen, das hinter allem steht so nahe war, dass Bilder und Spiegelungen von Sinneseindrücken versagen. Das Unaussprechliche kann ich naturgemäss nicht in Worten fassen – ich kann aber davon Zeugnis ablegen, dass es ist.

Und das ist nicht wenig. Für mich bedeutet es die Welt, die Krönung meines bisherigen Lebens.

Für Menschen, denen ich darüber berichte, kann es nicht mehr sein, als ein Hinweis, dass es möglicherweise ein solches zentrales, allmächtiges Wesen wirklich gibt, dessen Name mehr als unwichtig, weil unaussprechbar ist.

Vielleicht kann es sogar einen Impuls setzen, der eigenen Melodie immer wieder nachzuspüren und möglichst dieses eine Leben zu einer Musik machen, die man nach den ureigenen Möglichkeiten spielt bis man zum gegebenen Zeit selbst dem Dirigenten begegnet und sich alles klärt.