



KURT TEPPERWEIN

# Die Botschaft deines Körpers

DIE SPRACHE DER ORGANE

**mvgverlag** 

KURT TEPPERWEIN

# Die Botschaft deines Körpers

DIE SPRACHE DER ORGANE

**mvgverlag** 



**Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:**  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://d-nb.de> abrufbar.

**Für Fragen und Anregungen:**  
[info@mvg-verlag.de](mailto:info@mvg-verlag.de)

26. Auflage 2023

© für die Taschenbuchausgabe 1987; 2009 by mvg Verlag Verlag, ein Imprint der FinanzBuch Verlag GmbH  
Turkenstraße 89  
80799 München  
Tel.: 089 651285-0  
Fax: 089 652096

© alle deutschsprachigen Rechte bei Internationale Akademie der Wissenschaften, Vaduz

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlaggestaltung: Yvonne Andreas, München  
Umschlagabbildung: iStockphoto  
Satz: Jürgen Echter, Landsberg am Lech

ISBN Print 978-3-86882-231-1  
ISBN E-Book (PDF) 978-3-86415-186-6  
ISBN E-Book (EPUB, Mobi) 978-3-86415-238-2



Weitere Informationen zum Verlag finden Sie unter

[www.mvg-verlag.de](http://www.mvg-verlag.de)

Beachten Sie auch unsere weiteren Verlage unter

[www.m-vg.de](http://www.m-vg.de)

# Inhaltsverzeichnis

## Vorwort

## Einführung

Die Ursache jeder Krankheit - Nichtwissen ist eine Schuld - Kann der Körper krank werden? - Was ist Krankheit? - Krankheit als Freund und Helfer - Könnten wir überhaupt auf Krankheit verzichten? - Was heißt eigentlich Heilung? - Was fehlt uns wirklich, wenn wir krank sind? - Auslöser und Ursache einer Krankheit - Wo wird man noch „behandelt“? - Krankheit als Chance - Seine Gesundheit kann man nicht in Pflege geben - Psychohygiene - Was will mir meine Krankheit sagen? - Das Schicksal als Therapeut - Der Wahrheit ist es gleich, ob sie wissenschaftlich anerkannt ist - Das Symptom als Botschaft - Negatives Denken ist eine Krankheit - Was heißt eigentlich positives Denken? - Erziehung zur Heilung - Der Zusammenhang zwischen Erbanlage und Ernährungsfehlern - Was heißt schon „organisch gesund“? - Im Tagebuch meines Körpers steht meine Lebensgeschichte - Der Körper, ein sichtbarer Ausdruck meines Bewusstseins - Was ist Gesundheit? - Unser Vertrag mit der Natur - Fasten, eine natürliche Therapie - Wer nicht an sich selbst arbeitet, an dem wird gearbeitet - Der „Schlüssel“ zur „Sprache“ der Symptome - Wer sich keiner Täuschung hingibt, kann nicht „enttäuscht“ werden - Die sieben Eskalationsstufen eines Symptoms -

Die drei Stufen der Auseinandersetzung mit der Krankheit -  
Die Bedeutung der rechten und linken Körperhälfte -  
Körperliche Reaktionen in der Umgangssprache

## **Die „Sprache“ der Organe von A-Z**

### **Die Augen**

Die Augen als Spiegel der Seele - Die Augenachse - Die Kurzsichtigkeit - Was verursacht Kurzsichtigkeit? - Hilft eine Brille? - Das Augentraining - Die Weitsichtigkeit - Die zwei wesentlichen Ursachen der Weitsichtigkeit - Die Altersweitsichtigkeit - Der Graue Star - Der Grüne Star - Ursachen und Wege zur Heilung - Die Bindehautentzündung - Die Farbenblindheit

### **Die Bandscheiben**

Die Aufgabe der Bandscheiben - Der geistig-seelische Hintergrund von Bandscheibenproblemen - Was ist zu tun?

### **Die Bauchspeicheldrüse**

Die zwei wesentlichen Funktionen der Bauchspeicheldrüse - Ursache von Störungen und Wege zur Heilung

### **Das Bindegewebe**

Das Bindegewebe, Symbol für Halt und Spannkraft - Empfindlichkeiten geistig und körperlich abbauen - Heilung auf allen Ebenen

### **Die Blase**

Die Aufgabe der Blase - Was bedeutet Bettnässen? - Blasenentzündungen und ihre Bedeutung - Welche Frage muss ich mir stellen?

### **Das Blut**

Was der Blutdruck sagt - Der niedrige Blutdruck - Der hohe Blutdruck - Der altersbedingte Bluthochdruck - Was hilft? - Die Anämie - Die Eigenschaften der verschiedenen Blutgruppen

### **Die Bronchien**

Die Aufgabe der Bronchien - Bronchitis und ihre Ursache - Bronchialspasmen, und wie es dazu kommt

### **Die Brust**

Die Brust als Ausdruck der Weiblichkeit - Brustkrebs - Was bedeutet eine Störung der Brust? - Wie man sie heilt

### **Der Dickdarm**

Was heißt Verstopfung? - Der Bezug des Dickdarms zum Unbewussten - So finden Sie psychisch wie physisch eine „Lösung“

### **Der Dünndarm**

Der Dünndarmkranke und sein „überkritisches“ Verhalten - Der Bezug des Dünndarms zum Intellekt - Durchfall als Überreaktion

### **Die Eierstöcke**

Die Aufgabe der Eierstöcke und ihre geistige Bedeutung -  
Was Probleme mit den Eierstöcken zeigen - Was ist zu tun?

### **Die Fingernägel**

Die Fingernägel spiegeln die inneren Vorgänge im Organismus wider - Was die einzelnen Zeichen bedeuten

### **Die Füße**

Die Aufgaben der Füße und ihre geistige Bedeutung - Die „notwendigen“ Schritte - Die Änderung des „Standpunktes“ - Genügend „Stehvermögen“ entwickeln

### **Die Galle**

Wie man Gallenstörungen bekommt - Was der Volksmund dazu sagt? - Gallensteine sind geronnene Aggressionen - Die operative Entfernung der Gallenblase und ihre Folgen - Gallensteine viel häufiger bei Frauen

### **Die Gelenke**

Gelenkprobleme spiegeln wörtlich Fehlhaltungen im Leben wider - Der Volksmund hat es erkannt

### **Die Geschlechtsorgane**

Wie stehe ich zum anderen Geschlecht? - Prüfen Sie Ihre „Enttäuschungen“

### **Das Gesicht**

Wo vermeide ich eine notwendige Konfrontation? – Welcher Sache sollte ich ins Gesicht sehen?

### **Der Hals**

Die geistige Ursache der Angina – Was bedeutet Heiserkeit? – Der „schweigende“ Beschwerdeführer

### **Die Hände**

Das Defizit im Geben oder Nehmen, aber auch im ungenügenden „Vergeben“ oder „Übernehmen“ – Wo kann oder will ich etwas nicht „begreifen“

### **Die Haut**

Die Haut, unser größtes Kontaktorgan – Die Haut als Projektionsfläche der Niere – Die vielfältigen Funktionen der Haut – Was der Volksmund dazu sagt – Der „dünnhäutige“ und der „dickfellige“ Mensch – Was sagt mir das, wenn es juckt?

### **Das Herz**

Das Herz, der Motor unseres Lebens – Das Herz, unser „Gefühlszentrum“ – Die zwei Zentren des Menschen: Herz und Gehirn – Zuviel Gehirnfunktion führt zum Herzinfarkt – Die Herzneurose und ihre Bedeutung – Angina pectoris – Der Herzschrittmacher – Welche Fragen sollte ich mir bei Herzbeschwerden stellen?

### **Die Hüfte**

Die Hüfte und der Fortschritt - Der „unbewegliche“ Mensch - Wenn man sich nicht beugen will

### **Der Kopf**

Der Kopf, die „Hauptsache“ des Menschen - Die Aufforderung durch das Signal Kopfschmerz

### **Die Krampfadern**

Es fehlt an Elastizität - Die äußeren Zeichen einer inneren verkrampten Haltung - Mehr Spannkraft

### **Die Leber**

Die Leber, das Zentrum des körperlichen Stoffwechsels - Die wichtigsten Aufgaben der Leber - Schuldgefühle und Selbstverurteilung führen zu Leberbeschwerden - Die Leber beschwert sich über „Maßlosigkeit“

### **Die Lunge**

Die Lunge, unser „Luftmagen“ - Das Lungenemphysem - Die Lunge als Kontaktorgan - Sich mehr „entfalten“

### **Der Magen**

Die Aufgabe des Magens - Die Verarbeitung der „Eindrücke“ - Was der Volksmund dazu sagt - Die Unfähigkeit oder Unwilligkeit, Kritik zu verarbeiten - Die Magengrube, der Sitz der Urteilskraft - Wenn wir „sauer“ sind - Was der Magenkrante lernen muss - Umgang mit Aggressionen - Die richtigen Fragen

## **Der Mund**

Der Mund zeigt unsere Aufgeschlossenheit - Die Bearbeitung des ersten „Eindrucks“ - Wenn man den Mund zu voll nimmt

## **Die Nieren**

Nierenprobleme und Partnerkonflikte - Die Störung der zwischenmenschlichen Beziehungen - Auch Angst belastet die Nieren - Nierensteine und was sie sagen - Die Wanderniere - Was die Schrumpfniere sagt - Die Kunstniere

## **Die Nerven**

Das zentrale und das vegetative Nervensystem - Die Neuralgie - Der Tic - Die Neuritis

## **Das Ohr**

Die Weisheit im Volksmund - Hören und „ge-horchen“ - Der Hörsturz - Die Schwerhörigkeit - Die Ohrenentzündung

## **Die Prostata**

Warum fast jeder zweite Mann Prostatabeschwerden bekommt - Die richtigen Fragen stellen

## **Die Scheide**

Die Bereitschaft und Fähigkeit zur Hingabe - Was ich mich bei Scheidenproblemen fragen sollte

## **Die Schilddrüse**

Die Über- und Unterfunktion und ihre Aussagen – Die Alarm- und Kampfbereitschaft – Die Verleugnung von aggressiven oder feindlichen Gefühlen – Die Furcht – Die richtigen Fragen bei Schilddrüsenproblemen

### **Die Schultern**

Die Schultern als Projektionsfläche für Verantwortung – Wo drückt der Schuh? – Die richtigen Fragen

### **Der Solar plexus**

Hier ist die Projektionsfläche des Unterbewusstseins – Tägliche Psychohygiene – Wie vermeide ich Seelenmüll?

### **Die Thymusdrüse**

### **Die Wirbelsäule**

Halt und Haltung – Halsstarrigkeit und Haltlosigkeit – Kreuzschmerzen, ein vielsagendes Symptom

### **Die Zähne**

Das Symbol des Angreifens und Zupackens – Kauen ist Auseinandersetzung – Das Zahnfleisch – Die dritten Zähne – Das Zähneknirschen

### **Die Zunge**

Der „Botschafter“ der Leber und des Magens – Unsere „Gelüste“ und ihre Bedeutung – Der sexuelle Appetit

### **Das Zwerchfell**

Die Steuerung der Atmung - Die Übertragung des kosmischen Rhythmus auf die physische Ebene - Der höhere Sinn der Atemübung

## **Der Zwölffingerdarm**

Die Aufgaben - Was passiert, wenn wir Stress, Ärger und Hektik unterdrücken - Wie man Magenbeschwerden und Zwölffingerdarmbeschwerden unterscheiden kann

## **Sprechen mit den Organen oder dem Körper**

## **Der Weg zur Gesundheit**

Der erste Schritt - Krankheit und Leid gehören zum Leben, wie der Unterricht zur Schule - Die wichtigsten Heilungshindernisse Heilung und Meditation - Die ICH-BIN-KRAFT - Wie erreicht man Gesundheit? - Der Körper als Spiegelbild unseres Denkens - Probleme durch falsche Ernährung - Was heißt richtige Ernährung? - Genügend trinken - Wie man elf Jahre länger lebt

## **Die natürliche Ernährung**

## **Lebenskraft und Gesundheit**

## **Die Botschaft des Körpers erleben**

## **Anhang Praxisteil**

## **Literaturverzeichnis**

# Vorwort

Bisherige Theorien vom Menschen sahen diesen zweiseitlich, als Körper und Seele/Geist. In dieser Betrachtung des „Rätsels Mensch“ verzehrten sich Jahrhunderte von Plato bis heute.

Erst den Vertretern des entwickelnden Schöpfungsgedankens ist es vorbehalten gewesen, den Menschen als Ganzheit im Rahmen der ihn umgebenden Natur und des ihn beeinflussenden Kosmos zu sehen, in einer ganzheitlichen Schau.

Dieses Eingebettetsein des Menschen in Natur und Kosmos, in die Gesamtheit der Schöpfung, lässt das Eigentliche des Menschen besonders hervortreten und eröffnet gleichzeitig Chancen einer andersgearteten Betrachtung menschlichen Lebens und Seins. Menschliche Freiheit und Verantwortungsbewusstsein erhalten hier den wesentlichen Stellenwert. Sie können einerseits Projektionsfläche kosmischer Ordnungsstruktur werden, andererseits aber sich diesem Schöpfungsgedanken versperren.

Wie der Philosoph Charon mit Recht ausführt und die modernen Naturwissenschaften ausweisen, ist die Gesamtformation bereits im kleinsten Teilchen komplett vorhanden. Gleichzeitig besteht aber für jedes Teilchen die Möglichkeit einer Weiter- und Höherentwicklung, wie auch für den Menschen im Gesamtprozess der Evolution, deren

Zielrichtung wir nur erahnen können, deren Endpunkte wir noch nicht kennen.

Jedem Organ kommt dabei die Aufgabe zu, in sich kosmische Ordnung und innere verfestigte Entscheidungs- und Verhaltensstrukturen zu spiegeln - wie in einem Brennglas. In dieser Linse des Organs wird die Drehscheibe der Vermittlung zwischen kosmischer Grundstruktur und individual-menschlichem Verhalten angesprochen.

Sprache als Element menschlichen Miteinanders wird hier verstanden als jene übergreifende Komponente und Verbindungsleitung zwischen Kosmos und Einzelwesen bzw. Einzelzelle, Einzelteilchen, Organ, deren Aussagen uns wesentliche Rückschlüsse auf uns selbst ermöglichen können. Wer diese Sprache, diese universelle Ausdrucksweise der Naturgesetze versteht, wird Krankheit nicht länger als unabwendbares Schicksal hinnehmen müssen, sondern wird dadurch in die Lage versetzt, die Konsequenzen zu ziehen, die ihn zu ganzheitlicher Gesundheit zurückführen.

Das vorliegende Buch kann für Sie der Schlüssel zu dieser Sprache sein und letztlich der Schlüssel zum Verständnis der den Dingen innewohnenden Gesetzmäßigkeit.

Professor Dr. Hermann Loddenkemper

# Einführung

Die Schöpfung ist durchdrungen und getragen von Ordnung wie eine Symphonie. Und wie in einem Orchester trägt jedes einzelne Glied dieser Schöpfung die Verpflichtung zur Einheit in sich. Es ist unsere Aufgabe vom EGO über das SELBST zur EINHEIT zu finden. Ist das Einheitsstreben gestört, entsteht Disharmonie und als äußeres Zeichen davon Krankheit. Krankheit bedeutet in jedem einzelnen Fall Disharmonie.

Da unsere Aufgabe ist, zur Einheit zu streben, muss die Fähigkeit hierzu auch in uns liegen. Das Wort MENSCH gibt uns durch die Weisheit der Sprache wertvolle Hinweise. Das Wort Mensch stammt aus dem

Sanskritwort MENU SCHIA – gesprochen MENSCHIA

Wurzelwort	Man	-	Denken
	Manus	-	Geist
	I a	-	Gesetz

Da der Name immer das Wesen bezeichnet, heißt das hier: „Der denkende Geist, fähig das Gesetz zu erkennen.“

Verstoßen wir gegen das Gesetz, entsteht Disharmonie und als sichtbares Zeichen hierfür Krankheit. Die Ursache jeder Krankheit liegt stets im Denken. Der Zustand unseres

Körpers ist nur die sichtbare Information der Art und Weise unseres Denkens.

Wenn wir in die Welt schauen, sehen wir Unrecht, Krankheit und Leid. Das ist so offensichtlich, dass wir das nicht mehr in Frage stellen. Wenn wir aber die „Wirklichkeit hinter dem Schein“ erkennen, sehen wir absolute Gerechtigkeit und Krankheit und Leid nur als Botschaft und natürliche Folge des Missbrauchs der schöpferischen Energie des Menschen. Es gibt keine „Schicksalsverteilungsstelle“ - jeder bekommt, was er verdient!!! Wir alle haben unser Schicksal, tragen es mehr oder weniger geduldig, aber kaum jemand fragt sich einmal, warum er unter diesen Umständen lebt. Was sie verursacht, und ob und wie man sie eventuell ändern könnte. Sobald wir das tun, erkennen wir, unser Schicksal liegt in unserer Hand, und wir haben die Möglichkeit, es in jedem Augenblick zu ändern. Aber nicht im Außen, mögen wir uns da noch so sehr bemühen, sondern nur in uns. Das Schicksal kann nur dort geändert werden, wo es geschaffen wird, in unserem Denken. Die Umstände zeigen wie ein Spiegel unsere Gedanken. So erkennen wir Krankheit als Segen und Heilung als Aufgabe.

Die Körpersprache ist wohl die meistgesprochene Sprache der Welt, denn unser Körper spricht ständig zu uns, ganz gleich, welche Muttersprache wir sonst sprechen. Und doch sprechen wir diese Sprache kaum noch, obwohl das Verstehen unseres Körpers als uraltes Wissen in uns schlummert und nur darauf wartet, wieder aktiviert zu werden. Erst wenn wir diese Sprache wieder verstehen, können wir die dahinter liegende Lebensaufgabe erkennen und lösen. Denn jede Krankheit ist eine Auf-Gabe und keine Strafe. In ihr ist immer ein Geschenk, eine Gabe verborgen,

das Symptom ist dabei nur die Verpackung. Sie ist ein Geschenk von uns selbst an uns selbst und bietet die Möglichkeit, uns einen Schritt näher zu kommen in unserer individuellen Evolution. In der „Schule des Lebens“ gehört Krankheit zum Lehrplan, denn durch sie lernen wir den jeweils nächsten Schritt auf dem Weg zu uns selbst zu finden. Und die Krankheit zwingt uns, diesen Schritt auch zu tun. Voraussetzung ist jedoch, dass wir diese Botschaft verstehen.

Sobald wir dies wissen, liegt es in unserer Hand, gesund zu bleiben. Die indischen Weisen nannten daher auch „AVIDYA“, also Nichtwissen, eine Schuld, weil wir das „Notwendige“ nicht tun können, solange wir es nicht wissen. Das gilt besonders für unser wichtigstes Instrument, für unseren Körper.

Überall beklagen sich die Menschen zwar über ihre Krankheiten und verlangen sofortige oder doch schnelle Hilfe durch Medikamente und Behandlungen, lehnen es aber gleichzeitig ab, das einzig Richtige zu tun, nämlich ihr Denken, Fühlen und Handeln zu verändern, weil das unbequem und anstrengend ist. Sie glauben ihre Pflicht erfüllt zu haben, sobald der Arzt bezahlt ist.

Die meisten Menschen glauben noch immer, dass eine Krankheit eine körperliche Störung sei, die den einen eben zufällig trifft und den anderen ebenso zufällig verschont. Krankheit wird aber durch unser Verhalten „notwendig“ gemacht und hat nur den einen Sinn, nämlich uns auf ein falsches Verhalten aufmerksam zu machen und uns gleichzeitig zu einer Korrektur des falschen und damit disharmonischen Lebens zu veranlassen und wenn es

erforderlich ist, auch zu zwingen. Bis wir das aber verstanden haben, hat uns die Krankheit mitunter schon zerstört.

Wir sind zwar gegen Tierversuche, spielen aber selbst Versuchskaninchen und testen an uns die Wirkung von Nikotin, Alkohol oder sogar Drogen.

Wir müssen daher erkennen, dass wir zunächst in einem viel tieferen Sinne krank sind, bevor wir körperlich erkranken. Das, was wir Krankheit nennen, ist eigentlich schon der Versuch des Organismus, die Harmonie wieder herzustellen, also ein erster Schritt zur Heilung. Das, was wir Krankheit nennen, ist daher auch nicht die eigentliche Krankheit, sondern nur die Information der Krankheit im wahrsten Sinne des Wortes. Die Botschaft von der Störung der Harmonie ist „in die Form gegangen“ und wird so zur „Information“. Wenn ich aber jemandem etwas schulde, genügt es nicht, seine Mahnung zu beseitigen, um frei von der Schuld zu werden. Ebenso wenig genügt es, das Symptom zu beseitigen, weil die Krankheit dadurch ja gar nicht berührt wird. Heilung bedeutet ja zurückzufinden zur Ganzheit, zum „Heilsein“, und das kann nur durch eine „wesentliche“ Änderung erreicht werden.

Krankheit ist daher nur ein äußerlich sichtbares Zeichen für fehlende Ganzheit, und solange wir die nicht erreicht haben, brauchen wir die Krankheit als Botschaft. Sie ist daher auch nicht unser Feind, sondern unser Freund und Partner, auf den wir nicht verzichten können.

Der menschliche Geist hat großartige Leistungen vollbracht. Wir haben die höchsten Berge bestiegen und die Tiefen des Meeres erforscht. Wir sind zum Mond gelangt und bauen

Computer, die tausendmal schneller denken können, als wir selbst. Wir beherrschen das Größte wie das Kleinste, nur das Nächste nicht, unseren Körper. Wir haben Atombomben gebaut, mit deren Hilfe wir mehrfach die Welt zerstören könnten, aber wir haben nicht gelernt, sie zu erhalten und vergiften immer mehr unsere Umwelt.

Noch immer sind wir nicht in der Lage, unsere Gesundheit zu erhalten, und unsere Vorstellung von Krankheit gleicht noch immer dem Geisterglauben der primitiven Völker. Die bösen Geister sind nur von den bösen Bakterien und Viren abgelöst worden, die den ahnungslosen und natürlich völlig unschuldigen Menschen befallen.

Ich möchte damit keineswegs die Verdienste der Medizin schmälern. Wir können feststellen, dass besonders in den letzten hundert Jahren auf diesem Gebiet Großartiges geleistet wurde. Die großen Volksseuchen sind besiegt, und wir haben für fast jede Krankheit einen oder mehrere Wege der Behandlung gefunden. Die Menschen müssten eigentlich so gesund sein wie nie zuvor. Denn noch zu keiner Zeit wurde dem Körper soviel Aufmerksamkeit zuteil, wurde soviel Geld ausgegeben zur Erhaltung und Wiederherstellung der Gesundheit. Der kranke Mensch müsste unter diesen Umständen die große Ausnahme sein. Wir alle wissen, dass dem nicht so ist. Noch nie waren die Menschen so krank, wie heute. Wie ist das zu erklären?

Vor allem wohl damit, dass wir bis heute noch immer nicht beachten, was Krankheit eigentlich ist. Nun gibt es Krankheit, solange es Menschen gibt, aber die meisten Menschen betrachten Krankheit als Schicksalsschlag, als Laune der Natur oder Zufall, die den einen trifft und den

anderen verschont. Vor allem betrachten sie Krankheit als Störung, die man so schnell wie möglich beseitigen sollte.

Was wir als Krankheit bezeichnen ist jedoch gar nicht die eigentliche Krankheit, sondern nur ihr Symptom, ihr körperlicher Ausdruck. „Krankheit“ selbst ist vielmehr eine Disharmonie im Bewusstsein des Menschen, das Heraustreten des Menschen aus einer natürlichen Ordnung – eine Störung des ganzen Menschen und nicht nur seines Körpers. Sie ist gleichzeitig eine Aufforderung, den derzeitigen Weg zu verlassen und die Ordnung wiederherzustellen. Krankheit, aber auch Unfälle sind ein Appell, unser Bewusstsein zu erweitern, unsere Gedankenrichtung zu ändern und unsere Probleme als Aufgaben zu erkennen und zu lösen.

Der tiefere Sinn der Krankheit ist, wieder zur Besinnung zu kommen, wozu uns die Krankheit notfalls zwingt, nach innen, auf die Stimme der Vernunft zu hören, umzukehren, bevor es zu spät ist. Heilung bedeutet demnach nicht, Symptome zum Verschwinden zu bringen, sondern die verlorene Ordnung zu erkennen und wiederherzustellen. Es genügt nicht Pillen oder Spritzen einzusetzen, auch nicht nur Naturheilmittel, wir müssen wieder verstehen, was uns unser Körper sagen will.

Indem wir unser Denken, Fühlen und Handeln in Ordnung bringen, wird sich auch die körperliche Ordnung wieder einstellen. Das mag unbequem sein, aber es ist der einzige Weg zu einer wahren Heilung, die Körper, Seele und Geist umfasst.

Die Voraussetzung dafür ist jedoch, zunächst einmal die Botschaft des Körpers verstehen zu lernen. Denn Krankheit

ist nicht unser Feind, sondern unser Freund und der beste „Entwicklungshelfer“. Außerdem ist Krankheit der natürliche Weg gesund zu werden.

Wenn wir über eine Ausweitung der modernen Medizin Krankheit und über eine immer größer werdende soziale Fürsorge Not und Unglück zu vermeiden suchen, nehmen wir den Betreffenden einen immer größeren Teil der „notwendigen“ Lektionen des Lebens weg und behindern sie in ihrer Entwicklung. Jede physische Heilung ist nur dann berechtigt, wenn sie sich an eine geistig-seelische Wandlung anschließt, sonst zwingen wir das Schicksal nur, die gleiche Lektion in einer stärkeren Form zu wiederholen, da die erste Lektion nicht zum erwünschten Ergebnis, nämlich einer Änderung des Verhaltens geführt hat.

Der Organismus sagt uns nämlich mit der Krankheit nicht nur, dass wir eine falsche Richtung eingeschlagen haben und den Weg ändern müssen, auf dem wir uns befinden, sondern mit der Art der Symptome zeigt er uns genau, wo es fehlt, und was zu tun ist, um wieder ganz gesund zu werden. Wir brauchen nur seine Sprache zu erlernen. Die „Sprache der Organe“ ist einfach und unterliegt immer wiederkehrenden Gesetzmäßigkeiten. Sobald wir sie verstehen, liegt es in unserer Hand, die notwendigen Schritte zur Heilung zu tun, oder das Schicksal überantwortet uns der leidvollen Lehre der Erfahrung. Wenn wir aber bereit sind aus der Erkenntnis zu lernen, dann brauchen wir nicht erst krank zu werden, um zu uns selbst zu finden.

Dann erkennen wir auch, dass einen Menschen zu heilen nicht heißt, den alten Zustand wieder herzustellen, - denn

schließlich war der es ja gerade, der die Krankheit notwendig gemacht hat, - sondern Heilung heißt, ihn zur Ganzheit zu führen. Eine wirkliche Heilung führt daher immer zu neuen Erkenntnissen und damit zu einer Erweiterung unseres Bewusstseins. Könnte der Mensch nicht mehr erkranken, wäre dies die denkbar schwerste Krankheit, weil er dann ohne Information über sein falsches Tun wäre und keine Chance hätte, eine Änderung herbeizuführen.

Wir aber versuchen immer „erfolgreicher“, die Information über unser falsches Verhalten zu beseitigen, um danach genau so falsch weiterzumachen, und wir beklagen uns bitter, wenn immer neue „Krankheiten“ uns zwingen wollen, endlich das Richtige zu tun.

In welchem Stadium sich eine Erkrankung auch befindet, immer steht dahinter ein ungelöstes Problem, die Unfähigkeit oder Unwilligkeit, auf bestimmte Anforderungen des Lebens richtig zu reagieren. Das Symptom macht uns also lediglich auf eine bestimmte geistige Fehleinstellung aufmerksam und fordert zu einer Korrektur auf. Jede Krankheit zeigt, dass wir uns nicht „lebensrichtig“ verhalten.

Irgendwann, früher oder später, sucht jeder Mensch Möglichkeiten, das Leben und sich selbst besser zu verstehen. Dabei hat uns das Leben einen wunderbaren Botschafter geschickt, der gern bereit ist, uns alles zu zeigen und zu erklären, allerdings in seiner Sprache. Wir erkennen ihn meist nur nicht, weil er so nahe ist. Es ist unser Körper. Indem wir lernen, ihn zu verstehen, verstehen wir uns selbst, das Leben, die ganze Schöpfung und letztlich Gott!

Unser Körper, dieser wunderbare Botschafter des Lebens, sagt uns nicht nur, wo wir uns nicht lebensgerecht verhalten und was wir falsch machen, er sagt uns stets auch genau, was zu tun ist, um wieder ganz in Harmonie mit dem Leben zu sein. Er schickt uns ständig Botschaften über die verschiedenen Krankheitssymptome. Der Körper lügt nicht und lässt so etwas für uns sonst Unsichtbares sichtbar werden.

Wenn wir ein Symptom nicht beachten, dann schickt er uns den Schmerz, um uns auf die Botschaft aufmerksam zu machen, und den Tod, wenn wir die Botschaft nicht erkennen wollen.

Über das Universum unseres Körpers spiegelt das Leben jede Wirklichkeit. Dieser wunderbare Botschafter des Lebens, unser Körper, spricht also ständig zu uns. Wir brauchen nur zu lernen, seine Sprache zu verstehen und seine Ratschläge zu befolgen, und wir sind im Einklang mit dem Leben und in Harmonie mit der Schöpfung.

Könnte der Mensch nicht mehr erkranken, wäre das die denkbar schwerste Erkrankung, weil er dann ohne Information über sein falsches Tun wäre und damit ohne „Notwendigkeit“, eine Änderung herbeizuführen. Ahnungslos würde er weiter falsche Ursachen setzen, bis es wirklich zu spät wäre. Das Wesen des Menschen würde dadurch von seinem Körper abgekoppelt und ihm die Möglichkeit genommen, durch Erfahrung zu wachsen und zu reifen und sein selbstgeschaffenes Schicksal letztlich zu überwinden.

Einen Menschen zu heilen heißt daher auch nicht, ihm zu helfen, den alten Zustand wieder herzustellen, denn

schließlich war er es ja gerade, der die Krankheit „notwendig“ gemacht hat, sondern Heilung heißt, ihn zur Ganzheit zu führen. Der beste Arzt und die teuerste Medizin kann die Heilung nur begünstigen. Was wirklich heilt, ist die Heilkraft der Natur, die zu wirken beginnt, sobald das Hindernis in unserem Verhalten beseitigt ist. Eine wirkliche Heilung führt daher immer zu neuen Erkenntnissen und damit zu einer Erweiterung unseres Bewusstseins.

Der Fehler liegt daher immer im Bewusstsein und wird nur als Symptom auf den Körper projiziert. Früher, als man den Zusammenhang noch kannte, fragte man den Kranken: „Was fehlt Ihnen?“ Heute schaut man nur noch auf das Symptom und fragt: „Was haben Sie?“

Das Symptom soll uns also helfen, den Mangel im Bewusstsein zu erkennen - nun, wo er auf eine sichtbare Ebene projiziert wurde - und natürlich zu beseitigen. Krankheit will uns also helfen, vollommener zu werden, einen Entwicklungsschritt zu tun, und das ist wahre Heilung, denn wir können nur von Heilung sprechen, wenn wir danach vollommener sind als zuvor.

In meiner Naturheilpraxis musste ich bald erkennen, dass jede Therapie, die nur die äußereren Symptome behandelt, die Menschen nur kranker statt gesünder macht. Bald bricht die unterdrückte Krankheit wieder hervor, meist schwerer, oder wird von einer noch schwereren abgelöst. Dabei geht aber auch die Lebensfreude, der Glaube an den Sinn des Lebens und der Reichtum der Seele verloren. Was übrig bleibt ist ein trauriger Rest dessen, was einmal hätte entstehen sollen.

Heilung, ganz gleich in welcher Form sie erfolgt, ist immer Selbstheilung. Der beste Arzt, das teuerste Medikament kann immer nur diese Selbstheilungskräfte aktivieren. Je intensiver und direkter das geschieht, desto schneller kann die Heilung erfolgen. Dazu muss ich natürlich zuerst einmal klären, warum wurde dieser Mensch, in dieser Form, zu diesem Zeitpunkt krank? Dabei sollte der Therapeut nicht nur die Ursache finden, sondern vor allem die Be-Deutung der Krankheit erkennen. Hierbei kann die Intuition sehr hilfreich sein, wenn sie entwickelt ist.

Die Behandlung kann nur ganzheitlich sein, das heißt die Einheit von Körper, Seele und Geist erfassen, und sollte sich nie gegen eine Krankheit richten (Postbote. Die Behandlung kann auf viele Arten eingeleitet werden: durch ein Gespräch über Ursache und Be-Deutung der Krankheit und den Sinn des Lebens, über Meditation, aber auch über Medikamente, so sie auf biologischem Weg die natürlichen Selbstheilungskräfte des Körpers unterstützen.

Der Körper wählt immer den besten verbliebenen Weg und ist immer dankbar, wenn man ihm den allerbesten Weg, den nach innen, öffnet. Dann kann die Heilung über die Bewusstwerdung und Erkenntnis erfolgen, und er braucht die körperliche Krankheit nicht mehr, braucht den Menschen nicht mehr über ein bestimmtes Symptom zwingen, sich mit einer bestimmten Lebensproblematik auseinander zu setzen.

Jede Krankheit will immer „heil“ machen, indem sie den Körper durch Reinigungsmaßnahmen von Giften befreit oder einen großen seelischen Leidensdruck erzeugt, sodass wir einen Ausweg aus der derzeitigen Situation suchen müssen.

Ganz gleich aber, welcher Weg gewählt wird, das Ziel ist immer das gleiche: den Menschen zu sich selbst zu führen. Wie tief wir dabei das Leid erfahren müssen, hängt nur von dem Grad unserer „Einsicht“ ab.

Heilung ist immer ein Ganzwerdungsprozess, das heißt, immer ganzer, heiler, mehr ich selbst zu werden. Immer mehr eins werden mit mir, dem Partner, mit allen und allem. Diesen Prozess kann ich behindern, indem ich bewusst oder unbewusst etwas nicht lebe, das ist. Dann wird Krankheit notwendig. Wenn ich die Lebensenergie nicht oder nicht ganz zulasse, fließen lasse oder durch Vorstellungen, Ideale, Muster begrenze.

Heilwerden ist der natürliche Entwicklungsprozess. Das geschieht durch den Ausdruck der Lebensenergie. Wo immer ich diese blockiere, mache ich Krankheit notwendig. Krankheit kann aber auch der Weg sein, die benötigte Energie freizusetzen. Unheil ist immer das Heil, das ich ablehne. Alles führt zum Heil, Unheil ist nur meine Ablehnung.

Negative Emotionen und Pessimismus sind viel ungesünder als die Zerstörung der Umwelt.

Deshalb ist es auch die falsche FRAGE; wenn jemand wissen will, ob ihm dieses Buch hilft, gesund zu werden. Wenn er bereit ist, sein Bewusstsein zu ändern, schon, aber das Buch ist eigentlich nicht für Kranke gedacht, sondern für Menschen, die bereit sind, durch einen Bewusstseinsschritt Krankheit überflüssig zu machen.

Was uns Einsteins Relativitätstheorie und Max Plancks Quantentheorie vor allem lehren, ist die Tatsache, dass

hinter der Sinnenwelt die eigentliche reale Welt existiert, aus der die Ursachen in die Welt der Sinne wirken. Doch Unbekanntes wird meistens nicht freudig begrüßt, sondern löst Unsicherheit und Ablehnung aus, und die Menschen weigern sich, die Wirklichkeit wahrzunehmen, um bei ihren vertrauten Ansichten bleiben zu können.

Wir müssen uns doch fragen: Warum werden trotz der Errungenschaften der modernen Medizin mit ihren hochgepriesenen neuen diagnostischen und therapeutischen Möglichkeiten die Kranken nicht weniger, die Therapie nicht einfacher und die „Heilungskosten“ immer höher, ohne wirklich Heilung zu erreichen?

Trotz aller Anstrengungen und stetig steigender Ausgaben sterben immer mehr Menschen an Krebs. Die Patienten haben unter der „Behandlung“ enorm zu leiden, ohne letztlich wirklich davon zu profitieren.

Das Gebot der Stunde ist daher nicht Therapie, sondern Kausal-Prophylaxe!

Es sind vor allem die ständigen kleinen Verstöße gegen die einfachsten Gesundheitsregeln, die uns krank werden lassen. Würden die Übergewichtigen weniger essen, die Trinker weniger trinken, die Raucher aufhören zu rauchen, die Faulen sich ein bisschen mehr bewegen und alle richtig atmen und positives Denken verinnerlichen, dann könnten wir mehr Leben retten und Krankheiten beseitigen als mit den teuren Verfahren der heutigen Medizin!

Machen wir uns bewusst, dass jedes Symptom eine Botschaft ist, und dass es nicht sinnvoll sein kann, die Botschaft zu unterdrücken und damit zu vernichten, ohne

sie verstanden und befolgt zu haben. Die Botschaft im Symptom zu verstehen und zu befolgen ist der eigentliche Schlüssel zur Heilung.

## **Von der klaren Botschaft zum klareren Bewusstsein**

Stellen Sie sich einmal vor, es gäbe unsere Apparatemedizin nicht und auch keine Medikamente, also auch keine Schmerzmittel und keine Schlaftabletten. Es wäre ein unvorstellbares Chaos. Daraus können wir ersehen, in welcher ständigen Lüge wir leben. Wir bekommen ständig Botschaften, aber weigern uns beharrlich, sie überhaupt zur Kenntnis zu nehmen und noch viel weniger, sie zu befolgen. Mit jeder Symptombehandlung belügen wir uns weiter. Kein Wunder, dass immer mehr Menschen ständig krank sind. Nach einer neuen Meinungsumfrage halten sich 6 % der Deutschen für gesund. Wenn wir einmal davon ausgehen, dass die Hälfte davon die Botschaft über vorhandene Störungen nur nicht wahrnimmt, dann sind es nur 3 %, die wirklich gesund sind. Ein erschreckendes Ergebnis und dabei völlig unnötig.

Da wird das Wort von Voltaire wieder aktuell:

Ärzte schütten Medikamente, von denen sie wenig wissen, zur Heilung von Krankheiten, von denen sie noch weniger wissen in den Menschen hinein, von dem sie gar nichts wissen!!!

Dabei bekommen wir ständig Botschaften. Nicht nur die Botschaft des Körpers über die Sprache der Symptome, sondern auch über die Lebensumstände. Im Grunde ist alles, was mir widerfährt, eine Botschaft, denn alles spiegelt mein