

Wie unser Geist unseren Körper und unser Leben beeinflusst

„Ihr Kind wird dies nicht überleben und sie können von Glück reden, dass sie noch am Leben sind.“

Es ist der Morgen des ersten Weihnachtsfeiertages. Die Sonne schickt einen ihrer zarten Winterstrahlen durch ein Wolkenfeld direkt in mein Krankenzimmer. Ich beobachte das Spiel des Lichtes in einem Wasserglas und nehme die Worte des kurz vor der Rente stehenden Oberarztes nur aus der Ferne wahr.

Sein Blick wagte es nicht, den meinen zu treffen, das konnte ich aus den Augenwinkeln beobachten, so machte er kehrt und ließ mich mit der Nachricht über den bevorstehenden Tod in der Stille zurück. Zwei Mal sollte ich so eine Nachricht erhalten. Einmal während meiner dritten Schwangerschaft, das zweite Mal, Jahre später als Muttermundkrebs diagnostiziert wurde.

Ich berührte die zarte Wölbung meines Bauches und atmete tief, nur um sicher zu gehen, dass ich wieder am Leben war.

24 Stunden zuvor, genau in dem Moment, als meine Kinder unter dem Weihnachtsbaum die Geschenke auspackten und sich ihre lachenden Gesichter in den Weihnachtskugeln wieder spiegelten, machte es in meinem Körper laut „plop“ und eine Unmenge an Blut strömte unkontrolliert aus mir heraus.

Ich wagte es nicht die kindliche Freude meiner Lieben zu unterbrechen und dämmerte langsam vor mich hin, immer weiter entfernten sich die Stimmen und immer weiter tauchte ich in ein unbeschreiblich helles und von Liebe erfülltes Licht ein, das mir eine Vollkommenheit und Glückseligkeit zusicherte, die sich auch heute mit Worten nicht beschreiben lässt.

Ich trat eine Reise an, die mich an den Ort bringen sollte, den viele von uns am meisten fürchten.

Mir war in diesem Moment klar, dass ich dabei war, die letzten irdischen Atemzüge zu nehmen. Der kommende Tod, das Sterben, brauchte zu diesem Zeitpunkt keine Erklärung, kein Ringen, keine Reue oder Ängstlichkeit mehr. Denn an seinem Wohnort, existierte all dies nicht. Es gab dort weder Schmerz noch Reue, nur unsagbaren Frieden, Liebe und Glück.

Als ich dabei war über die Schwelle zu gehen und die Quelle allen Seins berührte, hörte ich eine Stimme, die sagte: „Bist du bereit?“

Ohne auch nur eine Sekunde darüber nachzudenken, antwortete ich bestimmt und frei von Angst:

„Nein! Ich will wieder zurück, ich bin noch nicht fertig, aber ich gehe nur, wenn mein Kind überlebt und mit mir kommen kann.“ Von dem Moment an wusste ich, dass ich selbst darüber entscheide, wann ich die letzten Atemzüge mache und nicht nur das, ich konnte sogar Bedingungen stellen.

Die Schleier der Illusion, der Angst und des Zweifels, all die Fragen über die Rätsel des Lebens seine Geheimnisse über Liebe, Gesundheit, Erfolg und Glück, aber auch

die Schrecken des Todes und all der sinnlosen Kriege stellten sich für mich von einem Augenblick zum anderen nicht mehr.

Die Einfachheit des so lang gesuchten Geheimnisses war verblüffend.

Unser Geist ist das kostbarste Instrument das wir besitzen und mit dem sich alles, ausnahmslos alles gestalten und lenken lässt, selbst der Tod.

Das klingt für die meisten von uns noch absurd, ich weiß. Denn als Descartes im 17. Jahrhundert klar postulierte, dass Körper und Seele voneinander getrennt waren, folgte ihm die Wissenschaft und Medizin über viele Jahrhunderte und ließ gepaart mit den kirchlichen Institutionen die Menschheit glauben, wir seien machtlose und unterlegene Opfer, die Autoritäten hörig, Wahrheiten zu folgen haben, die nicht in Frage gestellt werden dürfen. Wunder und die Kraft des eigenen Schöpfergeistes galten als Narren und kaum jemand wagte es die Kraft des Geistes näher zu erforschen. Viele versuchten sich in esoterischen oder hohlen Erklärungen, die oft nicht die ganze Wahrheit bekundeten und nur belächelt wurden. Nehmen wir den Placebo-Effekt als Beispiel.

Solange Menschen im Glauben gelassen werden, eine bestimmte Therapie oder ein bestimmtes Medikament würde ihnen dabei helfen gesund zu werden oder frei von Schmerzen zu sein, zeigten zahlreiche Studien erstaunliche Ergebnisse. Der menschliche Geist ist dazu in der Lage, unabhängig von logisch erklärbaren Zusammenhängen oder Realitäten seine eigene Realität zu erschaffen. Wenn wir in einem Auto sitzen und auf eine Mauer zusteuern, dann ist es die Einheit von Körper, Geist und Seele, die uns entweder auf die Mauer zusteuern lässt oder zurück auf die Strasse bringt. Sobald wir unseren Kopf nur einen Millimeter auf das fokussieren, wo wir nicht hinwollen-die Wand-werden wir geradewegs darauf zusteuern. Jeder Rennfahrer weiß, dass nur eines hilft, um heil anzukommen, muss man den Blick dahin richten, wo man hin will, zurück auf die Strasse.

Obgleich mir die Ärzte innerhalb der kommenden sechs Monate, die ich im Liegen verbrachte, ohne mich bewegen zu dürfen, immer wieder versicherten, dass mein Kind sterben würde und ich schwere körperliche Folgen davon tragen würde, kannte ich die Wahrheit und fasste den mutigen Entschluss nicht deren, sondern meiner eigenen Wahrnehmung und der Kraft meines Geistes uneingeschränkt zu vertrauen. Mit dem Ergebnis, dass meine Tochter gesund per Hausgeburt zur Welt kam und der Krebs innerhalb von nur 6 Monaten wieder verschwand.

Was genau braucht der Geist um ein glückliches und erfülltes Leben zu erschaffen?

1, Erklären Sie eine klare Absicht und handeln Sie entsprechend!

Ich erklärte damals die klare Absicht, gesund zu sein.

Also notierte ich das Datum an dem dies eintreten sollte und teilte den Ärzten mit, dass ich keine weiteren medizinischen Intervention möchte, es sei denn sie sind absolut notwendig.

2, Stellen Sie sich lebhaft in allen Facetten das Ergebnis vor!

Ich stellte mir damals einen gesunden Körper vor und joggte im Gedanken täglich an den schönsten Stränden der Welt.

Mit dem Ergebnis, dass Ärzte und Physiotherapeuten staunen ließ!

Meine Muskeln bildeten sich trotz monatelanger Liegepause nicht zurück!

(Man bedenke, dass ich in der Realität nicht einmal eine Toilette aufsuchen konnte)

### 3, Üben Sie sich in Achtsamkeit und Meditation

Ich meditierte stundenlang, nicht um der Realität zu entfliehen, wie viele es tun, sondern um meinen Geist in einen absolut klaren Zustand zu versetzen, sodass mein Körper seiner Wahrheit über Gesundheit folgen konnte. Die Kraft der Meditation ist bereits nachgewiesen und mehrere Studien belegen, wie hoch wirksam sie ist. Ausserdem umgab ich mich nur mit Menschen, die positiv und bereichernd waren.

### 4, Versorgen Sie Ihren Körper mit den besten Nahrungsmittel!

Essen Sie hochwertige Speisen, verzichten Sie weitgehend auf Zucker und trinken Sie ausnahmslos klares Wasser. Dank Dr. Emoto wissen wir, dass sich Wassermoleküle mit Hilfe einer klarer Absicht und Worten positiv programmieren und formen lassen. Nachdem wir zu 75 % aus Wasser bestehen, war für mich klar, dass ich mein Wasserglas, ehe ich es trank, auf das Wort „absolute Gesundheit“ stellte und so dafür sorgte, dass sich die Kristalle danach formten.

5, Löschen Sie alle Programme und Glaubenssätze, die dem im Weg stehen, was Sie wirklich wollen! Mittlerweile wandten meine Technik: „The Process“ einige tausend Menschen an und gaben dadurch ihrem Geist die Kraft, die er braucht, um Gesundheit, Fülle und Erfolg zu erfahren!

6, Lassen sie sich durch nichts von ihrer Lebensfreude ablenken! Denn Freude ist die Essenz von allem. Die Freude darüber am Leben zu sein ist der beste Antrieb, den wir haben können, um genau das Leben zu führen, das wir uns wünschen.

7, Tauschen Sie Ihre Erwartungen gegen Wertschätzung! Wenn es uns gelingt die Erwartungen an das Leben zurück zu stellen und sie gegen Wertschätzung auszutauschen, werden wir ein weitaus glücklicheres Leben führen. Wertschätzung ist die beste Medizin für unseren Geist.

Allen LeserInnen des Maas Magazins möchte ich unter folgendem Link eine Audiodatei schenken, die dabei hilft, das Unterbewusstsein auf Gesundheit, Erfolg und Fülle einzustellen, sodass der Geist sein volles Potential ausschöpfen kann!