

Herbert Schraps

Hypnosewahrheit 3.0

**Hypnose als Irrglaube, Wunderglaube
& Psychotherapie**

**Hypnose ist ganz anders, als Sie es zu wissen glauben
oder es gehört haben ...**

Hemaxx-Verlag

© 2014 -2019 Herbert Schraps & Hemaxx-Verlag

Umschlaggestaltung:
Herbert Schraps

Fotorechte: © shutterstock.com, istockphoto.com, schraps.de, trancemed.de

Hemaxx-Verlag
Dorfstr. 53
24879 Idstedt

ISBN: 978-3-9816531-8-2

2. Auflage

Printed in Germany

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung. Alle Rechte vorbehalten.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek.

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie. Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhaltsübersicht

Vorwort	13
Einleitung	13
1 Ängste, Zwänge, Depressionen & Co. dauerhaft heilen	19
2 Wichtige Verständnisgrundlagen	25
Das Universum, das Leben und die Menschheit	25
Von NICHTS kommt NICHTS - Anjas Geburt	27
Systeme beeinflussen sich gegenseitig ...	29
Nur funktionierende Systeme überleben	35
Die Nervenzelle - Quantensprung der Evolution	35
Das Gehirn - der nächste Schritt zum Menschen	37
3 Gefühle und Kreativität - die Grundlagen des Lebens	43
Gefühle bestimmen das Leben	43
Kreativität entscheidet über Leben & Tod	47
Das Problemhaus des Lebens	52
Die Macht der menschlichen Gefühle	54
Worte gegen Gefühle - was ist mächtiger?	59
Nordpol & Hypnose - Wahrheit & Glaube	61
Die ersten Hypnoseerlebnisse in Anjas Leben	68
Macht Hypnose willenlos?	70
4 Das Ich, das Bewusste und das Unbewusste	73
Realität - Wahrheit oder Lüge?	74
Kommunikation - die Grundlagen der Hypnose	77
5 Hypnose	86
Was ist Hypnose wirklich?	86
Die Kurzchronik der Hypnose	87
Welche Hypnosemethode bei welcher Störung?	89
Was ist eine hypnotische Trance?	90
Die Grundregeln einfacher Hypnosens	92
Jede Mama kann hypnotisieren	92
Die Showhypnose und die Titanic-Tränen	95

Joachims erste Show-Hypnoseerfahrung _____	96
Der lange Weg bis zur 1. Hypnosebehandlung _____	107
Paradoxie? Anja leidet – ihr Gehirn funktioniert perfekt _____	109
Geistheiler, Reiki-Meister oder Bioresonanz gefällig? _____	112
Verdeckte Hypnose beim Reiki-Meister _____	114
Die Hypnosemethoden bei Geistheiler & Co. _____	119
Bioresonanz – hypnotisch-magische Technik ohne Patent _____	122
Anjas erste Hypnosebehandlung – die Qual der Wahl _____	123
Analyse: Vor- und Nachteile einer Hypnose-CD _____	126
Analyse: Hypnosebehandlung – die Qual der Wahl _____	128
Anjas zweite Hypnosebehandlung – Ankertechniken _____	131
Analyse: Hypnotische Ankertechniken _____	133
Diese drei Fehler führen in den Misserfolg _____	135
Anjas dritte Hypnosebehandlung – eine Reinkarnation _____	138
Analyse: Reinkarnation in ein früheres Leben oder Hokusfokus _____	140
Anjas erste selbstbestimmte Hypnosetherapie _____	142
Analyse: Negative Gefühlsstrukturen finden _____	145
Anjas zweite selbstbestimmte Hypnosetherapie _____	149
Analyse: Veränderungen durch Gefühle und Bilder _____	150
Heilung: Wesentliche Gründe dafür & dagegen _____	153
Therapie & Heilung – Pragmatismus _____	156
Das unbewusste Ich – der Schlüssel zur Heilung _____	161
6 Hypnosemethoden & Hypnoseeffekte _____	165
Das evolutionäre Grundprinzip der Heilung _____	165
Die vier Bausteine einer erfolgreichen Therapie _____	167
Hypnosemethoden und Hypnosebezeichnungen _____	169
Heilhypnose _____	174
Tiefenhypnose _____	177
Rückführungshypnose _____	178
Hypnoanalyse _____	180
Klassische Hypnose – Suggestionshypnose _____	181
Hypnodrama _____	183
Klinische, medizinische u. therapeutische Hypnose _____	184
Energetische Hypnose _____	186

Hypnopsychotherapie _____	188
Blitzhypnose - Schnellhypnose - Soforthypnose _____	189
Dynamische Hypnose _____	191
Milton-Erickson-Hypnose _____	191
Autosystemhypnose _____	193
Gefühlshypnose und Kreativhypnose _____	195
7 Hypnotische Prozesse in der Psychotherapie _____	199
Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie & Hypnose _____	201
Analytische Psychologie & Hypnose _____	202
EMDR & Hypnose _____	203
Gestalttherapie & Hypnose _____	208
Neurolinguistische Programmierung (NLP) & Hypnose _____	209
Systemische Therapie & Hypnose _____	212
Verhaltenstherapie & Hypnose _____	213
Mentaltraining & Hypnose _____	215
Autogenes Training & die Selbsthypnose _____	217
Meditation & Hypnose _____	219
Placebo-Effekt - Heilung durch Glaube & Hypnose _____	220
8 Hypnose in alternativen u. esoterischen Methoden _____	223
Kinesiologie, Muskeltest & Hypnose _____	223
Bioresonanz, Radionik & Hypnose _____	225
Reiki & Hypnose _____	227
Geistheiler, Engeltherapie, Schamane & Hypnose _____	228
Matrix- oder Quantenheilung & Hypnose _____	230
Aberglaube & Hypnose _____	232
Spontanheilung - Wunderheilung & Hypnose _____	234
Religion, Glaube und Hypnose _____	237
9 Anhang _____	242
Die Geschichte der Hypnose _____	242
Hypnosealphabet A - Z _____	247
Bei diesen Krankheiten ist Hypnosetherapie wirksam _____	260
Systeme - die Grundlagen des Lebens _____	262
Selbstorganisation lebender Systeme _____	263

Nervenzellen - Struktur und Funktionsweise _____	264
Reize - Signale aus Körper-Umwelt _____	267
Gefühle & Emotionen - der Unterschied _____	268
Das Gehirn - Aufbau und Funktionen _____	271
Unglaubliche Gehirnleistungen _____	274
Neuronale Plastizität _____	277
Der kreative Kern ermöglicht Problemlösungen _____	279
Affen bauen keine Hochhäuser - wieso nicht? _____	281
Psychische Entwicklungsphasen eines Kindes _____	283
Epigenetik _____	290
Ideomotorik und Gefühlsmotorik _____	291
Das Gehirn organisiert sich wie ein Staat _____	292
Pawlowsche Hunde _____	297
Wo befindet sich die Realität? _____	300
Unaufmerksamkeitsblindheit _____	302
Die Macht der Rituale _____	303
Selbsterfüllende Prophezeiungen _____	304
Patientenrecht & Therapeuten-Checkliste _____	306
Die Familienchronik - Anjas Leben _____	314
Danksagung & Onlinezugang _____	315
Quellenangaben _____	316

Vorwort

Allein auf dem deutschen Büchermarkt gibt es hunderte von Büchern, DVDs und CDs zum Thema Hypnose. In diesen Büchern finden Sie Heilungsberichte, seriöse Therapiemethoden, esoterische Seelenwanderungen, außerkörperliche Wahrnehmungen und Blitzhypnose-Techniken. Manchmal geht es um „geheimen“ Hypnosewissen und oft auch um die angebliche „Macht der Hypnose“ und willenslose Menschen.

Auch in Fernsehdokumentationen berichten Reporter immer wieder über hypnotische Wunderheilungen und unerklärbare Hypnoseeffekte.

Warum also dieses Buch? Es scheint doch schon alles zu geben ...!

Ursprünglich wollte ich kein Buch schreiben, denn ich bin Therapeut und nicht Autor. Doch es kommt oft anders als man denkt.

Im therapeutischen Umfeld stieß ich immer wieder Vorurteile und Ängste, wenn ich die Möglichkeiten der hypnotischen Therapieprozesse einbringen wollte. Auch hörte ich von meinen Klienten und Patienten immer wieder, dass sie bereits mit Hypnose-CDs oder früheren Hypnosebehandlungen negative Erfahrungen gemacht haben. Manche dieser Patienten ließen sich durch tolle Internetauftritte blenden und zahlten mehrere tausend Euro für laienhaft ausgeführte Hypnosebehandlungen oder individuelle Hypnose-CDs.

Damit war der Grundstein für ein umfassendes Aufklärungsbuch gelegt, denn richtig angewendet kommt der Patient immer zum realistisch erreichbaren Ziel; und entgegen den weit verbreiteten Meinungen handelt es sich bei einer Hypnose niemals um wirkliche Fremdbestimmung.

Wenn Hypnose ein fremdbestimmter Zustand ist, dann ist die Erde noch eine Scheibe.

Dieses Buch vermittelt nicht nur eine ganz andere Sichtweise auf Hypnose und die zugrunde liegenden Prozesse, es zeigt auch einen Weg durch den Hypnose-Dschungel. Wie ein Ratgeber erklärt es ebenfalls die Grundregeln aller psychotherapeutischen Prozesse.

Der Leser wird diese Grundregeln kennen lernen, damit er als Therapeut, Patient oder Betroffener mit diesem neuen Wissen seine persönlichen Ziele schneller und leichter erreichen kann.

Nutzungshinweise:

Warum ein Nutzungshinweis? Manche Leser kennen sich bereits in bestimmten Fachbereichen aus, andere haben sich noch nie mit dem Gehirn beschäftigt. Deshalb finden Sie die erklärenden Themen im Anhang. Kennen Sie sich mit den wesentlichen Bereichen bereits aus, so lesen Sie das Buch ganz normal. Müssen Sie erst Ihr Grundwissen ein wenig auffrischen, so empfehle ich Ihnen, zuerst diese Themen im Anhang zu lesen:

- Die Geschichte der Hypnose
- Selbstorganisation (Grundlage des Lebens)
- Das Gehirn
- Das Gehirn organisiert sich wie ein Staat

Gleichberechtigung von Mann und Frau

Die Welt besteht aus Menschen, diese unterteilen sich natürlich in Männer und Frauen. Beide Geschlechter sind auf dieser Welt wichtig und bedeutsam. Männer und Frauen sind nicht mehr oder weniger wert: im Beruf, im Alltag und in diesem Buch.

Jedoch habe ich zur besseren Lesbarkeit nur ein Geschlecht gewählt, deshalb steht z. B. der Therapeut oder der Patient als Synonym für beide Geschlechter. Es erleichtert und vereinfacht das Lesen.

Einleitung

Warum haben mehr als 90 % der Bevölkerung Angst vor hypnotischen Prozessen? Warum ist eine Therapiemethode bei einem Patienten wirksam und bei anderen Patienten scheinbar unwirksam? Warum gibt es noch kein einheitliches Grundlagenmodell der Hypnosetherapie? Warum benötigt ein Patient vier Hypnoset Sitzungen bis zur Heilung, während ein anderer Patient mit dem gleichen bzw. ähnlichen Symptom zwölf Hypnoset Sitzungen benötigt?

Die Liste der Fragen ließe sich beliebig erweitern. Vorurteile, mangelnde Aufklärung und gezielte Fehlinformationen sorgen dafür, dass sehr viele Hypnotiseure noch nicht gelernt haben, wie man „gehirngerecht“ therapeutisch arbeitet. In ihrer Verzweiflung klammern sich Patienten oft auch an jeden Strohalm und geben viel Geld für Geistesheiler, Quanten- oder Matrixheilung, Reiki, Engelseminare und Seelenwanderung aus.

Dieses Buch füllt die notwendige Lücke auf dem Büchermarkt und liefert ein einfaches und allgemeingültiges Erklärungsmodell für alle Psychotherapie-, Coaching-, Esoterik- und Geistesheilermethoden, einschl. der Placebo-Effekte. Es zeigt, weshalb auch esoterische Prozesse manchmal zur Heilung führen und liefert ein allgemeingültiges Grundlagenmodell für jede Art von Psychotherapie. Dieses therapeutische Grundlagenmodell entstand, als ich vor Jahren die effizientesten Therapie- und Coaching-Methoden untersuchte. Dabei fand ich die wesentlichsten Gemeinsamkeiten aller Therapieprozesse. Es handelt sich um die stärksten Einflussfaktoren der Natur. Sie existieren bereits seit vielen hundert Millionen Jahren in jedem mehrzelligen Lebewesen als genetische Kraft. Durch die direkte Integration dieser natürlichen Einflussfaktoren in den therapeutischen Prozess wird jede Therapie so schnell und so sanft wie möglich zum Erfolg führen. Diese genetische Kraft verbindet, wie ein mächtiger roter Faden, alle bekannten und auch weniger bekannten Therapieformen, Coaching-Methoden und esoterischen Heilrituale miteinander.

Sie erfahren, welche komplexen und doch einfachen Mechanismen hinter jeder Heilung stecken und wie Sie als Therapeut oder Betroffener diese Mechanismen nutzen können. Um die Grundregeln innerer Heilungsprozesse zu erkennen, müssen Sie nur dieses Buch lesen. Damit es gehirngerecht verdaut und verarbeitet werden kann, habe ich auf medizinische Fachausdrücke weitestgehend verzichtet. Nur die ersten Seiten könnten etwas trockene Theorie enthalten, doch es lohnt sich, auch die ersten Seiten zu verinnerlichen. Nur so erkennen Sie die

grundlegenden Zusammenhänge und damit verbunden die Möglichkeit kurzfristiger Heilungen bzw. Lösungen.

Dieses Buch wird keine offizielle Therapiemethode vom Sockel stoßen, das schafft nur Erkenntnis und Zeit. Es soll vielmehr Ärzten, Heilpraktikern, Psychiatern, Psychotherapeuten und anderen Therapeuten den Blick auf das Ganze ermöglichen. Betroffene können sich leichter im großen Therapie-Wirrwarr zu rechtfinden und erkennen, weshalb die vergangenen Therapieversuche immer wieder scheiterten.

Damit die anfangs etwas trockene theoretische Sachinformation sofort in das reale Leben eingebettet werden kann, habe ich eine Familiengeschichte integriert. Anhand dieser Familiengeschichte zeige ich Ihnen, wie einfach Therapie und Heilung sein kann und wie sehr sich alle psychotherapeutischen Methoden, alle esoterischen Rituale und alle Coaching-Techniken doch ähneln. Dabei greife ich auf Therapieerfahrungen aus mehr als 15.000 Sitzungen zurück und lasse allgemeinverständlich die moderne neuropsychologische Sichtweise und die klassische schulmedizinische Sichtweise in dieses Buch einfließen.

Auch in der heutigen Zeit gibt es festgefahrene Therapieformen, Richtungs- und Glaubensstreit zur einzig wahren Therapiemethode. Es gibt religiöse, esoterische, schulmedizinische oder pseudomedizinische Therapiemethoden. Jede behauptet für sich, die absolute Wahrheit zu sein. Doch wenn man alles betrachtet, kann man in jedem einzelnen Puzzleteil ein Stück der ganzen Wahrheit erkennen. Wahrheiten entwickeln sich. Jede Wahrheit ist immer die Wahrheit der Gegenwart. Die Zukunft wird zeigen, ob die Hypnosewahrheit 3.0 auch in 20 oder 50 Jahren noch Bestand hat.

Die Wahrheit dieses Buches: Hypnose ist strukturierter Glaube!

Viele Kritiker und Spezialisten werden jetzt sagen, woher will der Autor das wissen? Mein bevorzugtes Beispiel:

Anfang des 20. Jahrhunderts glaubten noch alle Wissenschaftler und Geologen, dass Kontinente unbeweglich sind und niemals ihre Position verändern können.

Doch dann kam im Jahre 1912 ein Meteorologe Namens Alfred Wegener zu einem großen wissenschaftlichen Kongress und behauptete als einfacher Meteorologe, dass es nur einen Urkontinent gab. Als dieser zerbrach, entstanden 7 Kontinente, die nun auf der Erdoberfläche auseinanderdriften. Die Kontinentalverschiebung war entdeckt, das sollte eine wissenschaftliche Sensation werden.

Alfred Wegener hatte sich auf diesen wissenschaftlichen Kongress sehr gut vorbereitet. Er zeigte anhand von vielen Untersuchungen, dass es an beiden Atlantikseiten identische Pflanzen gab. Auch konnte er beweisen, dass es identische Fossilien, Pflanzen, Regenwürmer und Schnecken an den früheren Bruchkanten gab. Auch die tiefen liegenden Gesteinsschichten und Gletscherspuren waren an den Bruchkanten identisch. Wegener zeigte, dass Afrika und Südamerika wie zwei Puzzlestücke zusammenpassten, doch alle Beweise halfen ihm nicht. Er wurde von der wissenschaftlichen Zunft ausgelacht, erntete nur Hohn, Gelächter, Spott und Beleidigungen. Seine Theorie der Kontinentalverschiebung nannte man völligen Blödsinn und Humbug. Die Wissenschaftler hatten eine eigene Theorie: Frühere Landbrücken verbanden diese Kontinente.

Eine interessante Idee: Da kriechen Schnecken und Regenwürmer über eine imaginäre viele tausend Kilometer lange Landbrücke und legen mitgebrachte Pflanzenreste auf der anderen Seite ab. Abrakadabra, danach versinkt die Landbrücke und wird nie mehr gesehen.

Erst ein halbes Jahrhundert später wurde Alfred Wegeners Theorie der Kontinentalverschiebung wissenschaftlich anerkannt.

Was zeigt uns dieses Beispiel wissenschaftlicher Überheblichkeit? Alfred Wegener war als Autodidakt in vielen Bereichen der Wissenschaft tätig. Er konnte weit über den Tellerrand hinausschauen und unterschiedliche Erkenntnisse verbinden.

Auch in der heutigen Zeit gibt es festgefahrene Therapieformen, Richtungs- und Glaubensstreit zur einzig wahren Therapiemethode. Es gibt religiöse, esoterische, schulmedizinische oder pseudomedizinische Therapiemethoden. Jede behauptet für sich, die absolute Wahrheit zu sein. Doch wenn man alles betrachtet, kann man in jedem einzelnen Puzzleteil ein Stück der ganzen Wahrheit erkennen.

Bereits in jungen Jahren interessierte ich mich für Psychologie und war fasziniert von den Anwendungsmöglichkeiten der Hypnose. Mit 16 Jahren nutzte ich die Möglichkeiten der Sporthypnose. Innerhalb kürzester Zeit konnte ich mein Potential aktivieren und gewann mehrere Meisterschaften. Bei den Deutschen Karate-Meisterschaften schaffte ich es auf den ersten Platz. Später hypnotisierte ich aus einer Laune heraus auf einer Party einen Studenten. Dazu benutzte ich die typischen Show-Hypnosetechniken. Der Student lutschte genüsslich an einem Stück Seife, er glaubte, es sei ein Erdbeerlutscher.

Während eines 6-monatigen Auslandsaufenthaltes lernte ich in Afrika u. a. sehr ungewöhnliche Meditationstechniken und Heilungsrituale kennen. Nach meiner Rückkehr aus Afrika holte mich in Deutschland die Realität der

Wirtschaft ein und ich musste mich erst einmal um meine finanzielle Zukunft kümmern. Meine Ausbildung als Versicherungsfachwirt war die Basis meiner beruflichen Weiterentwicklung.

In meinem Beruf als selbstständiger Versicherungsfachwirt hatte ich es oft mit Firmenchefs, Managern und leitenden Angestellten zu tun. Ich fand es schon damals spannend, die wahre Persönlichkeit hinter der oftmals emotional erstarrten Fassade zu erkennen.

Im Laufe der Jahre entschloss ich mich deshalb meine Selbstständigkeit aufzugeben um meinen wahren Herzenswunsch umzusetzen. Ich erlernte innerhalb von wenigen Wochen die klassische Hypnose, also die typische Befehls- oder Suggestionshypnose. Dann bot ich in eigener Praxis Raucherentwöhnungen, Gewichtsreduktion und Mentaltraining an. Ich fühlte, dass ich dabei war mich selbst zu finden. Im Laufe der Zeit erweiterte ich meine Kenntnisse und lernte bei verschiedenen Seminaranbietern unterschiedlichste Hypnosemethoden kennen. Mein Wissenshunger wurde mit jedem Seminar größer und gleichzeitig stellte ich mir immer mehr Fragen zur Wirkungsweise hypnotischer Prozesse. Im Rahmen meiner Heilpraktiker-Ausbildung lernte ich die verschiedensten schulmedizinischen Therapiemethoden kennen, wie z. B.: Verhaltenstherapie, Gesprächstherapie, Gestalt- und Imaginationstherapie, analytische Psychotherapie und tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie. Als ich dann im Zuge der unterschiedlichsten Hypnoseausbildungen eine selbstorganisatorische Hypnosemethode kennen lernte, fand ich das fehlende Puzzleteil. Es verband meine ganzheitliche Sichtweise mit den Erkenntnissen der Neuropsychologie und den Möglichkeiten hypnotischer Prozesse. Deshalb absolvierte ich eine mehrjährige schulmedizinisch anerkannte Ausbildung zum Hypnosetherapeuten. Meine hypnotische Ausbildung beendete ich mit dem Masterzertifikat der Deutschen Gesellschaft für Autosystemhypnose e.V., anerkannt von der Bundesärztekammer und der Bundespsychotherapeutenkammer.

Außerdem ließ ich mich als EMDR-Therapeut und im Bereich Neurofeedback und Biofeedback ausbilden (Deutsche Gesellschaft für Schmerztherapie e.V.). Aber auch die esoterischen Phänomene interessierten mich. Es musste einen Grund geben, weshalb Geistheilung, Matrix, Quanten, Reiki und Co. im geringen Maße bei kleineren Beschwerden ebenfalls heilen können. Um diese fragwürdigen Methoden besser zu verstehen, buchte ich aus Neugier mehrere Reiki-Seminare und ließ mich in die „tieferen Geheimnisse“ bis zum Reiki-Meister ausbilden (weihen). Dazu aber später mehr.

Im Raum Bielefeld eröffnete ich das trancemed-Therapiezentrum, später kam das trancemed-Zentrum in Norddeutschland und die Video-Sprechstunde für internationale Onlinebehandlungen hinzu. In meiner täglichen Patientenarbeit ergaben sich immer mehr Erkenntnisse, Erlebnisse und Begebenheiten, die nach mehreren tausend Sitzungen eine ganz neue Hypnosewahrheit entstehen ließ.

Wenn man nun alle therapieübergreifenden Erfahrungen, Hinweise und Beobachtungen mit neurobiologischen Erkenntnissen wie Puzzleteile zusammenfügt, dann ergibt sich ein faszinierender Therapieprozess unglaublicher Möglichkeiten, basierend auf dem kreativen Fundament des Unbewussten.

Dieses Buch verbindet alle therapeutischen, esoterischen, pseudomedizinischen und wissenschaftlichen Erkenntnisse. Gleichzeitig verdeutlicht es die Grenzen der einzelnen Methoden und gibt Ideen zur Anpassung. So können die benutzten Methoden wesentlich effektiver zum Wohle der betroffenen Menschen eingesetzt werden.

1 Ängste, Zwänge, Depressionen & Co. dauerhaft heilen

Vor einigen Jahren lernte ich in meiner Praxis eine sehr füllige Patientin kennen, nenn wir sie Anja Schneider. Auf den ersten Blick wirkte sie traurig, depressiv und niedergeschlagen, auf den zweiten Blick konnte man in ihren Augen eine frustrierte Kämpferin erkennen. Ihr Gesicht und besonders ihre verweint wirkenden kämpferischen Augen waren mir schon früher auf einer Einführungsveranstaltung zur Gefühlshypnose aufgefallen. Nun kannte ich ihren Namen, denn sie hatte sich als Patientin einen ersten Basistermin zur Gefühlshypnose-Therapie geben lassen. Die Patientin schilderte mir in groben Zügen ihr Leid. Zuerst beklagte sie sich über ihr Gewicht, sie sei viel zu dick, zusätzlich leide sie an Kopfschmerzen, Rückenschmerzen, Schlafstörungen, Waschwängen, Tinnitus, Konzentrationsstörungen, Ängsten und Depressionen. Im Verlauf des Gesprächs berichtete sie mir von weiteren chronischen Beschwerden.

Meinen Basis-Fragebogen hatte Anja S. sehr sorgfältig ausgefüllt. Auf der nachfolgenden Tabelle habe ich die wesentlichen Beschwerden und die Belastungsintensität aufgeführt.

Skalenwerte zwischen 0 bis 10

(0=beschwerdefrei bis 10 = extrem starke Beschwerden/Leiden)

Übergewicht	10	Depressionen	10
Schlafstörungen	10	Ängste	10
Tinnitus beidseitig	8	Schuldgefühle	10
Trockene Augen	7	Stimmungsschwankungen	10
Verspannungen	9	Egoismusgefühle	10
Kopfschmerzen	8	Spannungsgefühle	10
Darmprobleme	5	Zwänge	7
Allergien	4	Schwindelgefühle	5

Abbildung 1: Symptome – Basistermin

Die Familienanamnese ergab weitere Auffälligkeiten. Anja war kein Wunschkind, sie hatte eine schwierige Kindheit und große Probleme in der Schule. Ihre Eltern trennten sich nach einem längeren Scheidungskrieg, Anja war zu diesem Zeitpunkt 9 Jahre alt. Mit 19 Jahren heiratete Anja, mit 21 Jahren wurde sie Mutter ihrer Tochter Laura und 3 Jahre später zerbrach die Ehe. Danach entwickelten sich immer wieder zum Scheitern verurteilte Partnerschaften. Im Alter von 28 Jahren lernte sie einen 52-jährigen Mann kennen, sie heirateten. Kurz vor ihrem 33. Geburtstag wurde diese Ehe nach einem gravierenden Ereignis geschieden.

Trotz ihrer vielen Erkrankungen und Leiden schaffte es Anja zu funktionieren und als Kassiererin im Berufsleben zu bleiben.

Anja scheint wirklich eine Kämpferin zu sein, denn als ich abklärte, welche Therapieversuche sie bereits hinter sich hatte, holte sie einen Zettel heraus. Darauf hatte sie alle bisherigen Behandlungen penibel aufgelistet. Nachfolgend ein kleiner Überblick der wesentlichen Therapieversuche:

- mit 25 Jahren der ein längere Klinikaufenthalt wegen Depressionen
- später eine Bandscheibenoperation
- ein Aufenthalt in einer Schmerzlinik
- verschiedene psychotherapeutische Behandlungen
- Akupunktur, Osteopathie, Darmsanierung
- Tabletten, Spritzen & Co.
- weitere Versuche: EMDR, Geistheiler, Quantenheilung, Reiki-Heiler, Autogenes Training, Hypnose-CDs, Hypnosebehandlungen und Bioresonanztherapie. Weitere nicht genannte kleinere Versuche mit verschiedenen Wundertherapien. Hinzu kommen natürlich etliche Diäten.

Als ich die Patientin fragte, warum sie glaubt, dass ich ihr helfen könnte, antwortete sie:

„Eigentlich wollte ich mit Hypnose abnehmen, so wie man es aus dem Fernsehen kennt. Ich lege mich hin, werde hypnotisiert und danach habe ich kein Hungergefühl mehr. Auf der anderen Seite habe ich mit der Hypnosetherapie keine so guten Erfahrungen gemacht. Aber Ihr Vortrag zur modernen Gefühls-hypnose-Therapie hat mich neugierig und zugleich nachdenklich gemacht. Ich bin zwar immer noch etwas skeptisch, da ich mir überhaupt nicht vorstellen kann, wie es funktioniert, aber ich habe die Hoffnung, dass Sie mit Ihrer Gefühlshypnose meine Beschwerden heilen ...“

Daraufhin sagte ich ihr, dass auch ich Hoffnungen habe, z. B. auf den Weltfrieden oder ein langes und gesundes Leben. Hoffnungen sind unerfüllte Wünsche, die möglicherweise in Erfüllung gehen. Bei derartigen Beschwerden gibt es aus meiner Erfahrung nur eine neurobiologische Tatsache: Jedes negative Gefühl lässt sich verändern, – wenn man die richtigen Zugänge zur unbewussten Gefühlsebene nutzt und dort das unbewusste Potential der Kreativität aktiviert. Es gibt eine evolutionäre Tatsache – und diese kann jeder Neurowissenschaftler bestätigen: Das Gehirn kann jedes negative Gefühl, soweit es biologisch realisierbar ist, umstrukturieren. Voraussetzung: aktive Mitarbeit. Auch verdeutlichte ich Anja, dass ich niemanden heilen kann. Ich kann den Heilungsprozess

unterstützen und begleiten, damit sich im Körper und im Gehirn ein selbstorganisatorischer unglaublich komplexer Heilungsprozess entwickeln kann.

Anja erklärte ich das Modell Körper, Geist, Bewusstsein, Seele und Unbewusstes. Es basiert auf den evolutionären Naturgesetzen der komplexen unbewussten Kommunikation. Das bedeutet: Nur wenn Körper, Geist und Seele als echtes Team zusammenarbeiten, können sie das Spiel des Lebens auch gewinnen. Häufig kommt es vor, dass einzelne Systeme, wie Bewusstsein, Unbewusstes oder Körper zu aktiv geworden sind und deshalb andere Systeme verkümmern.

Im Laufe der ersten Behandlung lud ich Anja S. zu einer selbstbestimmten Gefühlshypnose¹ (Gefühlstherapie) ein, um so direkt wie möglich in die tieferen unbewussten Emotionsebenen zu gelangen. Mit Hilfe der emotionalen Gefühlsmotorik² lassen sich die unbewussten Prozesse ihrer vielen chronischen Beschwerden klären. Da sich Anja vorab bereits sehr gut informierte und über grundlegende Hypnoseerfahrungen verfügte, fiel es ihr relativ leicht, sich auf die Ebene der unbewussten Gefühle zu begeben. Auf die dabei integrierten hypnotischen Prozesse komme ich später zu sprechen. Zuerst geht es nur um Anja, sie entwickelte bereits in der ersten Sitzung ein eigenes Regulationsverhalten, eine Art Arbeitsanweisung des Unbewussten zur Problemlösung. So konnte sie außerhalb der aktiven Gefühlstherapie zuhause eigene Umstrukturierungen vertiefen und verstärken. In der Praxis benutze ich häufig diesen Vergleich:

Stellen Sie sich vor, Sie waren noch nie im Wasser, hörten möglicherweise viele schaurige oder mystische Geschichten über die Kraft des Wassers. Dann würden Sie im Basistermin die Wahrheit über das Medium Wasser erfahren, es berühren und erste Schwimmversuche durchführen. Zuhause planschen Sie im Wasser herum, bis Sie sich sicherer fühlten. Dann lernen Sie bei mir schwimmen, zuhause vertiefen Sie Ihre neuen Erfahrungen. Danach zeige ich Ihnen ein paar Tauchübungen, zuhause vertiefen Sie Ihre Erfahrungen. Im nächsten Schritt tauchen Sie zum Problem und lösen es, zuhause darf sich diese starke Erfahrung verstärken. Zum Schluss zeige ich Ihnen weitere Schwimmtechniken, zuhause integrieren Sie Ihre neuen Fähigkeiten in Ihrem Alltag und verändern so Ihr gesamtes Leben - dauerhaft. So nutzen wir die Zeit zwischen den Sitzungen, damit Sie so schnell und so sanft wie möglich das Ziel der inneren Zufriedenheit erreichen. Diese Arbeitsweise ermöglicht ganz neue Therapieansätze.

¹ Speziell auf das unbewusste Gefühlsleben ausgerichteter selbstbestimmter Prozess

² Emotional und unbewusst gesteuerte Muskelaktivität

Da Anja sich auch zuhause laufend auf die Gefühlsarbeit einlassen konnte, ergaben sich bereits nach wenigen Sitzungen Veränderungen. Das seit vielen Jahren bestehende Beschwerdebild veränderte sich:

Skalenwerte von 0 bis 10, die Anfangswerte stehen in Klammern.

(0 = beschwerdefrei bis 10 = extrem starke Beschwerden/Leiden)

Übergewicht (10)	10	Depressionen (10)	9
Schlafstörungen (10)	7	Ängste (10)	8
Tinnitus beidseitig (8)	6	Schuldgefühle (10)	7
Trockene Augen (7)	6	Stimmungsschwank. (10)	9
Verspannungen (9)	5	Egoismusgefühle (10)	6
Kopfschmerzen (8)	3	Spannungsgefühle (10)	5
Darmprobleme (5)	4	Zwänge (7)	7
Allergien (4)	4	Schwindelgefühle (5)	6

Abbildung 2: Symptome nach 4 Behandlungen – Zwischenwert

Anja S. kämpfte bewusst und unbewusst gegen bekannte und neu hinzugekommene Widerstände, sie erledigte die gefühlshypnotischen Aufgaben, die ihr Unbewusstes nach der Behandlung für sie bereithielt und sie erlebte ganz neue, wunderbare Gefühle. Die Bewertungen erfolgten durch die Patientin selbst. Keine einzige Sitzung habe ich mit der Behandlung von Symptomen verschwendet.

Der Zwischenstand nach insgesamt 8 Behandlungen:

Skalenwerte von 0 bis 10, die Anfangswerte stehen in Klammern.

(0 = beschwerdefrei bis 10 = extrem starke Beschwerden/Leiden)

Übergewicht (10)	9	Depressionen (10)	5
Schlafstörungen (10)	4	Ängste (10)	4
Tinnitus beidseitig (8)	3	Schuldgefühle (10)	2
Trockene Augen (7)	5	Stimmungsschwank. (10)	6
Verspannungen (9)	3	Egoismusgefühle (10)	2
Kopfschmerzen (8)	3	Spannungsgefühle (10)	3
Darmprobleme (5)	2	Zwänge (7)	6
Allergien (4)	3	Schwindelgefühle (5)	0

Abbildung 3: Symptome nach 8 Behandlungen – Zwischenwert

Ein Gefühlstherapeut sollte den Therapieprozess nur begleiten, denn nur dann kann das Gehirn zusammen mit seinem Besitzer die eigenen Kernressourcen zur Selbstentwicklung nutzen. So ist sichergestellt, dass sich tief liegende unbewusst verankerte Einstellungen, Denk- und Verarbeitungsmuster umstrukturieren und der Patient, also der Gehirnbesitzer, sich dauerhaft zufrieden fühlt.

In größeren Abständen führten wir noch 3 weitere Behandlungen durch. Nachdem der Kern des Problems erreicht wurde, veränderten sich immer mehr Symptome. Auch das ursprüngliche Oberflächenthema „Übergewicht“ bewegte sich immer deutlicher. So erreichte Anja S. eine Zufriedenheit, wie sie es noch niemals erleben durfte. Manche dieser neuen Gefühle waren anfangs ungewohnt und manche gaben ihr in ihrem Verhalten so viel Kraft, dass es ihr immer leichter fiel, auch aktiv etwas für sich zu tun, weil sie es sich wert war.

Die Bewertungen nach der elften Sitzung:

Skalenwerte von 0 bis 10, die Anfangswerte stehen in Klammern.

(0 = beschwerdefrei bis 10 = extrem starke Beschwerden/Leiden)

Übergewicht (10)	5	Depressionen (10)	2
Schlafstörungen (10)	2	Ängste (10)	2
Tinnitus beidseitig (8)	1	Schuldgefühle (10)	0
Trockene Augen (7)	2	Stimmungsschwank. (10)	2
Verspannungen (9)	1	Egoismusgefühle (10)	0
Kopfschmerzen (8)	1	Spannungsgefühle (10)	1
Darmprobleme (5)	1	Zwänge (7)	3
Allergien (4)	3	Schwindelgefühle (5)	0

Abbildung 4: Symptome nach 11 Behandlungen – Zwischenwert

Mittlerweile hatte sich in Anja S. eine starke Kernkompetenz, eine Art tieferes Urvertrauen entwickelt, so dass für Anjas Gefühlswelt keine weiteren Termine erforderlich waren. Die emotionale Abfrage ergab, dass sich die Restsymptome im Laufe der nächsten Monate auflösen dürften, wenn Anja die gefühlshypnotisch formulierte Aufgabe zuhause ein- bis zweimal pro Woche durchführt. Sie litt nicht mehr unter dem Übergewicht, war bereits dabei, langsam und gesund abzunehmen, machte sogar etwas Sport. Sie veränderte die Grundlagen ihres Lebens und fühlte sich so kraftvoll wie nie zuvor.

Viele Monate später traf ich Anja auf einem meiner Vorträge zur Gefühlstherapie, eine starke, strahlende Frau. Sie hatte eine Freundin zum Vortrag „verschleppt“...

Aus diesem stark verkürzten Fallbeispiel ergeben sich wesentliche Fragen:

- Warum kam Anja S. nicht in die „innere Heilung“, obwohl viele Therapieversuche unternommen wurden?
- Welche Bedeutungen haben die Symptome?

- Weshalb entwickelt Anja S. bereits nach wenigen Behandlungen ein ganz anderes Körpergefühl?
- Wieso lösen sich körperliche Beschwerden auf, obwohl in keiner einzigen Behandlung auf die Symptome eingewirkt wurde?
- Handelt es sich bei diesem Fallbeispiel um eine Zufallsheilung, eine Wunderheilung oder um ein grundlegendes „Heilungsmuster“, das sich in jedem Menschen entwickeln kann?
- Weshalb zeigten die früheren Hypnosen keine Wirkung?

Fragen über Fragen. – Dieses Buch wird Ihnen nicht nur diese Fragen beantworten, es beschreibt auch, wann und wie eine Therapiemethode zum Ziel (also zur Heilung) kommt. Sie werden erkennen, dass Geistheiler, Reiki-Meister, Esoteriker und andere spirituelle Glaubensbrüder (unwissend) die gleichen hypnotischen Prozesse benutzen, wie sie jeder Psychotherapeut benutzt. Dieses Buch verdeutlicht, wie stark körperliche Beschwerden mit der seelischen Befindlichkeit zusammenhängen und dass Symptome immer im Gesamtbeschwerdebild betrachtet werden müssen. Symptome sind Warnsignale, sie zeigen, dass Be- oder Verarbeitungsprozesse im Gesamtsystem Mensch gestört sind ...

Der Mensch besteht aus Körper, Geist (Bewusstsein) und Seele (Unbewusstes). Nur, wenn diese „neurobiologische Mannschaft“ als Team zusammenarbeitet, kann sie das Spiel des Lebens gewinnen.

Somit besteht die Hauptaufgabe des Therapeuten darin, die einzelnen Anteile, Systeme oder auch Mannschaftsmitglieder mit Hilfe des Patienten bzw. Klienten wieder zu einem erfolgreichen Team zusammen zu führen. Diesen Gesamtprozess nenne ich neurobiologische Mediation, abgekürzt NeurobioMed.

Anfangs bin ich der unterstützende und begleitende Mediator, doch im Laufe der Therapie wird der Patient immer mehr diese Aufgabe übernehmen und sich so aus dem „Labyrinth des Leidens“ selbst befreien.

2 Wichtige Verständnisgrundlagen

Das Universum, das Leben und die Menschheit

In dem uns bekannten Universum befindet sich unsere Milchstraße, unser Sonnensystem und der Planet Erde. Auf unserem Planeten gibt es Pflanzen, Tiere, Menschen, Staaten, Städte, die Familie Schneider und das Baby Anja.

Alles ist irgendwie miteinander verbunden und alles beeinflusst sich gegenseitig. Die wesentliche Gemeinsamkeit: Es handelt sich um Systeme – die Grundlagen des Lebens. Das Baby mit dem Namen Anja kennen Sie bereits, es handelt sich um meine zuvor erwähnte Patientin Anja Schneider. Anja wird in diesem Buch die Rolle einer Hauptfigur übernehmen.

Um zu erkennen, welche Bedeutung Systeme haben, müssen wir einen kleinen, aber wichtigen Ausflug in die Systemtheorie³ machen. Die dabei wichtigste Frage: Was sind überhaupt Systeme?

Der Begriff System bezeichnet allgemein ein übergeordnetes, relativ stabiles Ganzes, bestehend aus einzelnen Teilen, die miteinander in einer dynamischen Beziehung stehen.

In kurzen und knappen Worten wird hier ein Zusammenhang erklärt, der in allen Bereichen des täglichen Lebens zu finden ist. Es gibt Systeme jeglicher Art, angefangen mit dem uns bekannten Universum als übergeordnetem Gesamtsystem. In diesem Gesamtsystem befinden sich weitere Systeme, wie z. B. das Milchstraßen-System, das Sonnensystem, das biologische System der Erde, das Klimasystem etc.

Neben den sehr großen komplexen Systemen gibt es auch kleine und kleinste Bereiche mit unzähligen komplexen Systemen. Dazu gehören zum Beispiel Ameisenstaaten, Blattläuse oder Mikroorganismen.

Egal wo wir auch hinschauen, Systeme bestimmen und begründen das Leben. Jeder Bereich des Lebens ist Bestandteil anderer Systeme, steht in irgendeiner erkennbaren oder auch nicht sofort erkennbaren Beziehung zu anderen untergeordneten Systemen oder ist ein Teilsystem eines übergeordneten größeren Systems. Dabei spielt es keine Rolle, ob es sich um sogenannte selbstorganisierende biologische Systeme handelt oder ob es sich um (teil)konstruierte Systeme

³ Systemtheorie: wissenschaftliche Beschreibung der Welt – Details im Anhang

handelt, wie z. B. Gesundheitssysteme, Finanzsysteme, Wirtschaftssysteme, Städte, Parteien oder Vereine.

Die absolute Normalität im gesamten Universum:

Es gibt kein System, das vollkommen unabhängig von anderen Systemen funktionieren kann.

Deshalb kann sich jede Veränderung in einem System auch auf andere Systeme auswirken, denn jedes System ist auch gleichzeitig Bestandteil eines größeren Systems.

Auch der Mensch ist ein biologisches, selbstorganisatorisches Gesamtsystem. Er ist Bestandteil unzähliger übergeordneter Systeme. Zu den übergeordneten Systemen zählen zum Beispiel

Kontinent	Land/Staat	Glaube/Religion
Sippe/Familie	Beruf	Schule etc.

Gleichzeitig besteht der Mensch aus unzähligen Teilsystemen (Subsystemen). Teilsysteme im Menschen sind zum Beispiel:

Blutkreislauf	Nervensystem	Hormonsystem
Gehirn	Nervenzellen	Botenstoffe etc.

Jedes dieser Systeme enthält wiederum Subsysteme und kann benachbarte Bereiche beeinflussen, aktivieren, verstärken oder neutralisieren. Je komplexer die einzelnen Systeme sind, desto schwieriger sind Voraussagen über mögliche Auswirkungen zu treffen. Da die körperlichen Wechselwirkungen zwischen den verschiedenen neurobiologischen Systemen so gut wie unbekannt sind, entwickeln die meisten Medikamente Nebenwirkungen bzw. unerwünschte Wirkungen.

Weshalb ignorieren noch viele Mediziner diese Grundlagen des Lebens und tun so, als ob der Mensch nur eine Ansammlung von Organen sei? Weil man es ihnen so beigebracht hat!

80% der ärztlichen Fortbildungen werden von der Pharmaindustrie finanziert. Wo bleibt da die Unabhängigkeit...?

Von NICHTS kommt NICHTS – Anjas Geburt

Nachfolgend lernen Sie kurz die Großeltern der Familie Schneider kennen, Wilhelmine und Werner Müller. Wilhelmines Tochter Jutta spielt eine wichtige Rolle, denn sie wird die Mutter von Anja S. Mit Hilfe dieser Lebensgeschichte erhalten Sie einen Überblick, wie sich das theoretische Wissen im alltäglichen Leben auswirken kann. Am Beispiel der Familie Schneider wird das universelle Prinzip „Ursache und Wirkung“ – oder „Von NICHTS kommt NICHTS“ verdeutlicht. Wenn Sie mehr über Systeme erfahren möchten, so finden Sie im Anhang noch weitere Erklärungen und Informationen aus der Systemtheorie.



Einleitungsgeschichte:

Die nachfolgende Familiengeschichte wird Sie nun als praktisches Erklärungsmodell durch das Buch begleiten und beispielhaft zeigen, wie sich theoretisches Wissen im praktischen Leben auswirken kann.

Im Jahre 1947 lernen sich Wilhelmine Schulze und Werner Müller kennen. Für einen ungeschützten Ausflug in die Lust bekommt Wilhelmine die Quittung: Sie ist schwanger. Bereits während der Schwangerschaft bemerkte Wilhelmine den ungezügelden Alkoholkonsum ihres Partners, auch neigte Werner zu verbalen und körperlichen Entgleisungen. Am liebsten hätte Wilhelmine die Schwangerschaft abgebrochen, aber dafür war sie nicht stark genug. Sie fügt sich in ihr Schicksal und heiratet Werner, damit das Kind nicht als uneheliches „Balg“ zur Welt kommt. Im Sommer des Jahres 1948 bekommt das Ehepaar Wilhelmine und Werner Müller ihren Nachwuchs, Jutta wird geboren. Innerhalb der nächsten Jahre durchlebten Wilhelmine und ihr Töchterchen Jutta schwere Zeiten. Wilhelmine litt unter den alkoholbedingten Wutausbrüchen, den Schlägen und den Drohungen ihres Mannes. Auch die kleine Jutta war bei diesen Streitigkeiten und Misshandlungen oftmals dabei, entweder als Baby im Kinderwagen oder später im Kinderzimmer. Hier hörte sie ihren Vater schreien, ihre Mutter weinen und manchmal war es plötzlich ganz still und sie spürte schreckliche Gefühle in sich. Erst nach mehr als 6 Jahren konnte Wilhelmine die Kraft aufbringen und sich von ihrem Mann trennen. Nach der Scheidung musste Wilhelmine als alleinerziehende Mutter sehr viel arbeiten – und sie hatte wenig Zeit für ihre Tochter. So wurde Jutta zu einem sogenannten Schlüsselkind, das sich quasi selbst versorgen musste. Jutta entwickelte sich zu einer zurückhaltenden, schüchternen jungen

Frau. Als Jutta mit 20 Jahren ihren Traummann Jürgen kennen lernte, verliebten sie sich ineinander. Juttas Leben veränderte sich, sie fühlt sich geliebt, bedeutsam, und das Leben war nun himmlisch ...! Sie spürte das Leben und die Liebe. Jürgen war lieb, höflich, wirkte so zielstrebig stark und konnte ihr als zukünftiger Rechtsanwalt eine gute Zukunft bieten. Jürgen wuchs als Einzelkind auf, 26 Jahre alt, er wohnte noch bei seinen streng katholischen Eltern, einer erfolgreichen Anwaltsfamilie, Helene und Heinz Schneider ...

Jürgen Schneider und Jutta Müller wurden ein Liebespaar, sie fühlten sich unbeschwert und auch irgendwie sorgenfrei. Jürgen wollte später als erfolgreicher Anwalt die Kanzlei seines Vaters übernehmen und Jutta hatte das starke Verlangen, sich als Erzieherin im Kindergarten liebevoll um kleine Kinder zu kümmern.

Juttas Verhältnis zu Jürgens Eltern war nicht besonders gut, sie spürte eine Kälte und ein Gefühl der Ablehnung, aber das Gefühl der Liebe war größer und sie verdrängte die „komischen Gefühle“. Helene und Heinz Schneider hätten lieber eine zukünftige Schwiegertochter aus gutem Hause gehabt, aber noch hofften sie darauf, dass ihr Sohn Jürgen diese Frau nicht heiraten würde.

Wilhelmine war stolz auf ihre Tochter, sollte sie es doch später besser haben. Nun hat sie sich einen zukünftigen Rechtsanwalt geangelt. In diesem starken Hochgefühl bemerkte sie nicht das ablehnende Verhalten von Helene und Heinz Schneider.

Nach einem Arztbesuch im Jahre 1969 kommt die Hiobsbotschaft: Jutta war bereits im 3. Monat schwanger. Viel zu früh, denn mit 21 Jahren steckte sie mitten in der Ausbildung und Jürgen musste noch eine kostenintensive 2-jährige Fachausbildung absolvieren. Jürgens erkatholische Sichtweise und Juttas Hilflosigkeit schafften Fakten: Zuerst wird geheiratet, damit das Kind nicht unehelich und in Sünde geboren wird. Durch die Geburt veränderten sich nun viele Lebensbereiche. Die negativen Auswirkungen schlugen hohe Wellen und beeinflussten die junge Familie, die Herkunftsfamilien und natürlich auch das Baby mit dem Namen Anja nachhaltig.



Bereits in dieser kleinen Geschichte befinden sich unzählige sich gegenseitig beeinflussende und miteinander verbundene Systeme und Teilsysteme. Manche Systeme beeinflussen sich sofort und direkt, andere zeitverzögert oder kaum merklich. Wesentlich ist, dass jede noch so kleine Veränderung in einem

Wichtige Zusammenfassung

Das gesamte uns bekannte Universum besteht aus unendlich vielen sich gegenseitig beeinflussenden Systemen. Alle Systeme stehen in irgendeiner Beziehung zueinander. Manche dieser Beziehungen können wir erkennen, viele sind nicht erkennbar.

Das gesamte uns bekannte Leben besteht ebenfalls aus unzähligen Subsystemen. Auch hier kann kein System allein für sich existieren. Jedes lebende System steht mehr oder weniger in einer dynamischen Verbindung mit anderen Systemen. Diese beeinflussen sich permanent gegenseitig. Auch hier gibt es bekannte bzw. erkennbare systemische Beziehungen und in der Mehrheit wohl eher nicht erkennbare Beziehungen zueinander.

Der Mensch als komplexes System besteht ebenfalls aus unzähligen sich gegenseitig beeinflussenden Teilsystemen, wie z. B. das Blutsystem, das Nervensystem, das Herz- und Kreislaufsystem oder das Verdauungssystem. Auch Haut, Knochen, Augen, Muskeln, Sehnen, Fettzellen oder das Gehirn stellen Subsysteme im Menschen dar. Noch gibt es keinen Menschen, der bisher in der Lage war, die unendliche Anzahl systemischer Verbindungen wirklich zu verstehen. Oberflächlich betrachtet wissen wir, wie der Mensch grundsätzlich funktioniert – mehr nicht ...

Weshalb ignorieren immer noch viele Therapeuten, Mediziner und Pharmakologen diese systemischen Verbindungen und tun so, als ob jedes System entgegen jeder wissenschaftlichen Grundlage als autarkes Einzelsystem betrachtet wird...? Ein Herz, ein Auge, ein Muskel oder ein Symptom sollte deshalb niemals wie ein eigenständiges Objekt behandelt werden!