

Krankheit und Heilung

HEILUNG DURCH BESEITIGUNG DER UNBEWUSSTEN URSACHE

Der Hauptgrund für das Versagen moderner medizinischer Wissenschaft ist, dass sie sich mit Wirkungen, nicht mit Ursachen befasst. Krankheit wird mit den gegenwärtigen materialistischen Methoden niemals geheilt oder ausgerottet, aus dem einfachen Grund, weil Krankheit in ihrer Ursache nicht materialistisch ist. Was wir als Krankheit kennen, ist die letztendlich im Körper hervorgebrachte Wirkung und das Endprodukt tief und lange wirkender Kräfte; und selbst, wenn materielle Behandlung allein scheinbar erfolgreich ist, ist dies nichts mehr als eine zeitweilige Erleichterung, wenn die wahre Ursache nicht beseitigt wurde.

Krankheit ist dem Wesen nach die Auswirkung von Konflikten zwischen *Seele* und *Gemüt* und kann niemals anders als durch spirituelle und mentale Bemühungen ausgeremert werden. Solche Bemühungen können – wenn sie mit dem rechten Verständnis unternommen werden – Krankheit dadurch heilen, dass sie jene grundlegenden Faktoren beseitigen, die deren erste Ursache sind. Keine auf den Körper allein gerichtete Bemühung kann mehr, als Schäden oberflächlich reparieren, und darin liegt keine Heilung, da die Ursache immer noch wirksam ist und zu jedem Zeitpunkt ihre Präsenz wieder in einer anderen Form demonstrieren kann. Tatsächlich ist in vielen Fällen scheinbare Genesung sogar schädlich, da sie dem Patienten die wahre Ursache seines Problems verbirgt; und in der Befriedigung über die scheinbar erneuerte Gesundheit kann der wahre Krankheitsfaktor wieder unmerklich an Stärke gewinnen.

Obwohl Krankheit scheinbar so grausam ist, ist sie an sich wohlütig und zu unserem Besten und kann uns, richtig verstanden, zu unseren wesentlichen Fehlern führen. Leiden ist ein Korrektiv, um eine Lektion aufzuzeigen, die wir bislang versäumt haben zu begreifen, und es kann so lange nicht ausgerottet werden, bis die Lektion gelernt wird. Man soll auch wissen, dass in jenen, welche die Bedeutung von warnenden Anzeichen verstehen und in der Lage sind sie zu deuten, Krankheit

vor ihrem Auftreten verhindert oder in ihren frühen Stadien erfolgreich bekämpft werden kann, wenn die geeigneten, verbessernden spirituellen und mentalen Bemühungen unternommen werden. In keinem Fall muss ein Mensch verzweifeln, wie schwer der Fall auch sei, denn die Tatsache, dass dem Individuum noch physisches Leben zugestanden wird, zeigt an, dass die Seele, welche das Individuum führt, nicht ohne Hoffnung ist.

EDWARD BACH

Aus: *BLUMEN, DIE DURCH DIE SEELE HEILEN*
HEINRICH HUGENDUBEL VERLAG, 1980



HEILUNG DURCH AKTIVIERUNG DER LEBENS-ENERGIE

Es wird allgemein angenommen, dass Krankheiten durch äußere oder körperliche Ursachen hervorgerufen werden. Nur wenige Menschen wissen, dass sie durch Untätigkeit der dem Körper innewohnenden Lebenskraft entstehen. Wenn eine Zelle oder ein Gewebe, das Lebenskraft enthält, ernsthaft geschädigt wird, zieht sich die Lebenskraft aus dieser Stelle zurück, und folglich gibt es Schwierigkeiten. Medikamente, Massagen und elektrische Geräte können die Zellen nur so weit anregen, dass die Lebenskraft zurückkehrt und ihre Arbeit (Unterhalt und Ausbesserung der Zellen) wieder aufnimmt.¹

Handelt es sich um eine körperliche Heilung, darf man die Aufmerksamkeit nie auf die Krankheit richten – weil dies den Glauben schwächt –,

¹ *Anm.:* Prävention besteht demnach darin, durch Fasten, Massagen, osteopathische Behandlung und manuelle Einrenkung verschobener Wirbel, Hatha-Yoga Übungen usw. Stauungen in den Nerven und Wirbeln aufzulösen, so dass die Lebenskraft wieder frei fließen kann

sondern muss sich die unendliche Kraft des Geistes vergegenwärtigen. Handelt es sich darum, seelische Schwächen wie Furcht, Zorn, schlechte Gewohnheiten usw. zu überwinden, muss man seine ganze Aufmerksamkeit auf die entgegengesetzte Eigenschaft richten. Um z.B. seiner Furcht Herr zu werden, muss man sich Tapferkeit vergegenwärtigen; bei Neigung zum Zorn muss man sich inneren Frieden vorstellen; die Schwachen müssen an Kraft denken und die Kranken an Gesundheit.

Geduld und aufmerksames, verständnisvolles Wiederholen können Wunder wirken. Heilmeditationen zur Beseitigung chronischer Leiden müssen oft mit großer Aufmerksamkeit und Beharrlichkeit wiederholt werden (ohne dass man auf den unveränderten oder sogar verschlechternden Zustand achtet), bis man zutiefst, d.h. intuitiv davon überzeugt ist. Es ist einzig und allein diese Kraft, die die Heilung bewirkt; alle äußeren Anregungsmittel unterstützen die Lebenskraft nur, sind ohne sie aber wertlos.²

Heilung je nach Veranlagung

Je nachdem, ob es sich um einen phantasiebegabten, intellektuellen, ehrgeizigen, gefühlvollen, willensstarken oder zielstrebigem Menschen handelt, kann man die Heilung durch Vorstellungskraft, Vernunft, Glaube, Gefühl oder Willensaufwand zustandebringen. Doch nur wenige wissen dies. Coué betonte die Wirkung der Autosuggestion; aber ein intellektueller Menschentyp spricht nicht auf Suggestionen an und lässt sich nur dadurch überzeugen, dass man ihm die Macht des Bewusstseins über den Körper grundsätzlich klarmacht. Er muss die Ursachen und Ziele der geistigen Kräfte verstehen.

Denn wenn der Geist Krankheiten hervorrufen kann, so muss er auch imstande sein, den Körper gesund zu machen. Es ist die Kraft des Geistes, die die verschiedenen Körperteile entwickelt hat, die das Wachstum der Zellen bewirkt und sie erneuern kann. Auch bei starken Willensmenschen bleibt die Autosuggestion ohne Wirkung. Diese können eher dadurch geheilt werden, dass

sie innerlich an Gedanken festhalten, die ihre Willenskraft (und nicht ihre Vorstellungskraft) anregen. Bei gefühlsbetonten Menschen allerdings kann die Autosuggestion erstaunliche Wirkungen zustandebringen.

Die Kraft des Gefühls und des Willens

Bemerkenswert ist folgender Fall, der sich wirklich zugetragen hat: Ein Mann, der seine Sprache verloren hatte, gewann sie plötzlich wieder, als er sich aus einem brennenden Haus flüchtete. Es handelte sich um einen stark gefühlsbetonten Menschen, dem der Anblick der Flammen einen unerwarteten Schock versetzte, so dass er ausrief: „Feuer! Feuer!“. Die starke Erregung hatte also über die unterbewusste Vorstellung, er könne nicht sprechen, gesiegt. Dieser Fall beweist, welch große Heilkraft in tiefer Konzentration liegt.

Während meiner ersten Seereise von Indien nach Ceylon erlitt ich plötzlich einen Anfall von Seekrankheit und musste den wertvollen Inhalt meines Magens hergeben. Dieser Vorfall war mir besonders deshalb unangenehm, weil er mir gegen meinen Willen... Sogleich fasste ich den Entschluss, mich nie wieder von der Seekrankheit überrumpeln zu lassen. Indem ich fest mit dem Fuß auftrat, befahl ich mir mit der ganzen Kraft meines Willens, nie wieder seekrank zu werden. Später habe ich noch manch lange Seereise gemacht, nach Japan und zurück nach Indien, was einen ganzen Monat dauerte, dann von Kalkutta nach Boston, wo ich 50 Tage unterwegs war, und später noch einmal von Seattle nach Alaska und zurück – eine Fahrt von 26 Tagen. Doch nie wieder bin ich seekrank geworden.

Anregung der Lebenskraft

Wille, Vorstellung, Vernunft oder Gefühl allein können keine körperliche Heilung vollbringen. Sie sind nichts als verschiedene Faktoren, die – je nach der Veranlagung des einzelnen – die Lebenskraft *anregen* können, eine Krankheit zu heilen. Wenn man z.B. mit der Kraft des Willens oder der Vorstellung ständig auf einen gelähmten Arm einwirkt, kann es geschehen, dass die Le-

² *Anm.:* Die Lebensenergie wird in der indischen Psychologie als ‚prana‘ bezeichnet, und meint Energie als solche. Jede Energieform wie Bewegung, Schwerkraft oder Magnetismus ist eine Manifestation dieses ‚prana‘ (nach Swami Vivekananda, in: Raja-Yoga)

bensenergie plötzlich in das kranke Nervengewebe schießt und den Arm heilt.³

Man muss die Heilmeditationen oft und mit fester Überzeugung wiederholen, damit die Willens-, Verstandes- und Vorstellungskraft groß genug wird, die untätige Lebenskraft anzuregen und wieder in normale Bahnen zu leiten. Die Bedeutung *wiederholter, stets anwachsender* Bemühungen darf nie unterschätzt werden.

„Im selben Augenblick fühlte Jesus, dass eine Kraft [d.h. Heilkraft] von ihm ausströmte“ und „Dein Glaube hat dich gerettet. Du sollst von deinem Leiden geheilt sein.“⁴ Aus diesen Bibelstellen geht hervor, dass sowohl die *Kraft* des Heilenden, als auch der *Glaube* des Kranken nötige Voraussetzungen sind.

Der Glaube und nicht die Zeit wird bestimmen, wann die Heilung eintritt. Das Endergebnis hängt von der richtigen Erweckung der Lebenskraft und von der bewussten und unterbewussten Verfassung des Betreffenden ab. Unglaube wirkt lähmend auf die Lebenskraft und hindert den Großen Arzt und „Baumeister“ des menschlichen Körpers daran, Sein Werk zu vollenden.⁵

Konzentration und eigene Anstrengungen sind also wichtige Voraussetzungen, wenn man das Maß an Glauben, Willen oder Vorstellung aufbringen will, das die Lebenskraft unwiderstehlich dazu zwingt, eine Heilung zu vollziehen. Wünscht man ein bestimmtes Ergebnis aber zu schnell herbei, schwächt man die Kraft seines Glaubens. Und wenn man seinen Willen und Glauben nicht braucht, bleibt die Lebenskraft untätig, d. h. sie schlummert.

³ *Anm.*: In der indischen Psychologie wird von fünf Körperhüllen (*koshas*) gesprochen. Nur die ersten drei sind rein materieller Natur und somit für die Gesundheit relevant. Diese sind: der Nahrungskörper, der Mentalkörper, und der Energiekörper (*pranamaya-kosha*). Insofern besteht die erwähnte Methodik darin, dass der Mentalkörper den Energiekörper aktiviert

⁴ Markus-Evangelium 5,30/34

⁵ *Anm.*: Früher mag es für Menschen leichter gewesen sein zu glauben, da sie einfältiger waren und auch durch eine andere Erziehung weniger mit ihrem Mental identifiziert waren, so dass Skepsis und Zweifel in geringerem Maße vorherrschten. Hausmittel aktivierten die heilsame Vorstellungskraft, und der Glaube an Gott ließ keine negativen Gedanken aufkommen

Doch es gehört Zeit dazu, die geschwächte Willens-, Glaubens- oder Vorstellungskraft in einem Patienten zu erwecken, der unter einer schweren, chronischen Krankheit leidet; denn seine Gedanken an die Krankheit haben feine Furchen in sein Gehirn gegraben. So wie es lange dauern mag, bis das Krankheitsbewusstsein in einem Menschen Überhand genommen hat, so braucht es viel Zeit, bis man das richtige Gesundheitsbewusstsein entwickelt hat.

Wenn ihr erklärt: „Ich bin gesund“, aber innerlich denkt, dass es ja doch nicht stimme, so ist die Wirkung genauso, wie wenn ihr ein stärkendes Medikament und zur selben Zeit ein Gegenmittel einnehmt, das die gewünschte Wirkung wieder zunichte macht. Ob es sich um Medikamente oder Gedanken handelt, ihr müsst immer darauf achten, dass ihr die richtigen Gedanken nicht wieder durch falsche Gedanken aufhebt. Wenn ein Gedanke eine bestimmte Wirkung haben soll, muss er von solch starker Willenskraft getragen sein, dass er allen entgegengesetzten Gedanken Widerstand leistet.

PARAMAHANSA YOGANANDA

ZUSAMMENGESTELLT AUS: WISSENSCHAFTLICHE
HEIL-MEDITATIONEN
O.W. BARTH VERLAG

