

Heilung und Erfolg mit Gedankenkraft

Im F&A-Teil habe ich Ihnen ja bereits einige Informationen darüber gegeben, wie Hypnose auf der neuronalen und physiologischen Ebene wirkt, wie man also nur mit bloßer Vorstellung, Imagination und Gedanken, geistig-mental auf den Körper (die Materie) einwirken kann und damit zu Erfolg und Heilung gelangen kann. Wie das Ganze nun auf rein physikalischer Ebene funktioniert, darum geht es in diesem Beitrag. Selbstverständlich wirkt dieses Prinzip mit jeder Technik, absichtsvoll eingesetzter Gedanken, wie z.B. Meditation, es ist also nicht notwendigerweise Hypnose anzuwenden. Übrigens beruht auch der sogenannte **Placebo-Effekt** auf diesen Prinzip.

Man kann den Prozess von Hypnose und Selbstheilung auch auf einer rein physikalischen Ebene betrachten. Der Körper ist im Grunde nichts weiter als ein Haufen von Atomen (biologisch ist er ein Zellhaufen). Im Falle einer Verstörung, wie einer Verletzung, wird **automatisch ein Selbstheilungsmechanismus** in Gang gesetzt, und zwar über **elektromagnetische Wellen**.

Da wären wir nun bei der Angewandten Physik angelangt, der **Relativitätstheorie** und **Quantenphysik**, die wir hier auf belebte Körper anwenden. Zum Thema Selbstorganisation und Selbstheilung sei dahingehend nur noch darauf verwiesen, dass der Sprung von Elektronen nahe der Lichtgeschwindigkeit stattfindet und dabei wird die Zeit gedehnt (nach den Erkenntnissen der Relativitätstheorie). Das bedeutet, ein Außenstehender sieht alles in Zeitlupe. Klient und Coach sind während des Coachings oder der Therapie Außenstehende, die Prozesse von Problemlösung und Heilung in unserem Inneren, die wir mit dem Coaching / der Therapie auslösen, könnten wir nur in Zeitlupe wahrnehmen. Für uns vergeht dabei vielleicht nur eine Stunde und in der verletzten Stelle oder Zelle bzw. bei

der psychischen Verstörung (wie auch einer Erfolgshemmung) vergehen durch die Zeitdehnung Tage. Deshalb kommt uns der Prozess bis zur Problemlösung oder zur Heilung auch häufig so lang vor. Und deshalb liegen zwischen den Sitzungsterminen meist auch 1-2 Wochen. Wir nutzen dabei also konsequent universelle Zyklen und Naturgesetze. Wir bereiten dabei aber nur vor – alles andere macht der Körper selbst (wer sich dafür interessiert, dem sei das hervorragende Buch von *Gisbert Niederführ „Mohammed Khalifa – Heilen nur mit den Händen“, 2001* an´s Herz gelegt. Es geht dort allgemein um Heilung, nicht Hypnose).

Es interessiert uns aber natürlich brennend, wie es möglich ist, allein mit der Kraft von Gedanken und inneren Bildern (über den Geist), Materie und Verhalten zu beeinflussen. Dazu liefert uns vor allem wieder die Quantenphysik schlüssige Erklärungen (siehe hierzu auch *Joe Dispenzas Buch „Du ist das Placebo – Bewusstsein wird Materie“, 2014*).

Uns wurde beigebracht, dass wir uns die Realität als etwas Festes und Sicheres vorzustellen haben – dabei lehrt die moderne Quantenphysik, dass die Realität mitunter eher so etwas wie ein bewegliches Ziel ist. Die Realität teile sich zudem auf in Geist und Materie (Dualismus). Das Universum wird wie eine Riesenmaschine gesehen, in dem alles vorausberechnet und vorhergesehen werden kann.

Die Welt der Atome, der Energie und der Aktionen der immateriellen Welt jenseits von Raum und Zeit geht über die Erklärungsansätze der klassischen Physik jedoch weit hinaus. Die winzig kleine Welt der Atome, Elektronen und Photonen verhält sich allerdings überhaupt nicht, wie die Dinge der Welt, wie wir sie sehen.

Die Quantenphysik geht heute davon aus, dass Atome zu 99,99999999999999 % aus leerem Raum bestehen (siehe die Arbeiten u.a. von *Niels Bohr*)! Selbstverständlich ist der Raum nicht wirklich leer, er ist Energie, exakt – der Raum besteht

aus einem gewaltigen **Spektrum an Energiefrequenzen**, die eine Art unsichtbares, zusammenhängendes Informationsfeld bilden (**Quantenfeld**). Es ist wissenschaftliche Tatsache, dass egal wie fest uns Materie erscheinen mag, auch das Universum im Wesentlichen schlicht aus Energie und Informationen besteht!

Nun entdeckten die Quantenphysiker eben auch, dass die sich subatomare Materie in der Quantenwelt so gar nicht verhält, wie die Materie, mit der wir es gewöhnlich zu tun haben. Sie hält sich nicht an die Gesetze der klassischen Physik, sondern erscheint vielmehr etwas chaotisch und unberechenbar, die Grenzen von Raum und Zeit ignorierend. Materie ist vielmehr ein vorübergehendes Phänomen. Mal ist sie da, mal verschwindet sie. Sie existiert nur als Tendenz, als Wahrscheinlichkeit bzw. Möglichkeit. Auf Quantenebene gibt es absolut nichts Physisches.

Die Physiker entdeckten noch etwas Seltsames: Allein durch Beobachten subatomarer Materiepartikel kann deren Verhalten beeinflusst bzw. verändert werden. Die Partikel kommen und gehen, weil sie gleichzeitig in einem unendlichen Spektrum an Möglichkeiten bzw. Wahrscheinlichkeiten existieren. Erst, wenn ein Beobachter seine Aufmerksamkeit auf ein bestimmtes Elektron bzw. dessen Position fokussiert, erscheint das Elektron tatsächlich an dieser Stelle. Schaut er weg, verschwindet die subatomare Materie und wird wieder Energie (siehe hierzu auch die Arbeiten *Werner Heisenbergs* zur sog. „Unschärferelation“).

Und jetzt wird es interessant: Physische Materie kann sich erst dann manifestieren, wenn wir unsere Aufmerksamkeit auf sie richten. Tun wir das nicht mehr, verschwindet sie und kehrt dorthin zurück, woher sie gekommen ist. Das bedeutet: **In der winzigen Welt der Quanten (aus der ja auch unser Körper besteht) wirkt sich der subjektive Geist auf die objektive Wirklichkeit aus. Unser Geist kann zu Materie werden und wir können mittels unseres Geistes Einfluss auf die Materie nehmen. Alles was gedacht wird, existiert oder kann**

existieren.

In der Hypnose und weiteren Mentaltechniken (wie z.B. der Meditation) arbeiten wir intensiv mit inneren Bildern, Vorstellungen und Imaginationen. Wir arbeiten sozusagen mit „Märchenwelten“ und da können wir sogar zaubern, wir können uns die Realität schaffen, die wir uns wünschen. Die Erfahrung zeigt, dass es funktioniert. Der Quantenphysiker kann uns das sogar naturwissenschaftlich erklären: Wenn Sie sich ein bestimmtes Ereignis in der Zukunft vorstellen können, dann existiert diese Realität bereits irgendwo als Möglichkeit im Quantenfeld – jenseits von Raum und Zeit – und wartet darauf, von Ihnen beobachtet zu werden. Mittels Ihres Geistes (Gedanken und Gefühle) können Sie Einfluss darauf nehmen, wann und wo ein Elektron aus dem Nichts und Nirgendwo erscheint – so sollte es auch möglich sein, das Erscheinen beliebig vieler für Sie vorstellbarer Möglichkeiten zu beeinflussen.

Klar, das alles ist für Menschen, die zu analytischem, digitalem Denken erzogen wurden und die nur akzeptieren können, was man „greifen“ und vorausberechnen kann, schwer anzunehmen. Selbst *Albert Einstein*, der ja selbst entscheidende Beiträge zur theoretischen Physik geleistet hat, tat sich mit der Quantenphysik schwer. Er ließ sich gar zu dem vielzitierten Satz hinreißen: „Gott würfeln nicht!“. Ein Zeichen dafür, dass sein Weltbild mit Aufkommen und Verbreitung der Quantenphysik erschüttert wurde. Und so geht es noch heute Vielen.

Mit Hypnose und/oder mentalem Training konditionieren Sie Ihren Körper darauf, sich von der Vergangenheit zu lösen und zu glauben, er sei im gegenwärtigen Moment in der gewünschten Zukunft (die für Sie Heilung, Erfolg, usw. bedeuten kann). Es leuchtet nun ein, dass Veränderung nur möglich ist, wenn alte Muster und altes Denken verändert werden. Wenn Sie Ihr Leben immer mit der gleichen Geisteshaltung beobachten und immer das Gleiche tun, dann lassen Sie unzählige Möglichkeiten liegen, die Sie zu einem für Sie besseren Leben führen können!

Beachtung schafft Verstärkung – Nichtbeachtung bringt Befreiung! Durch stärkeren Fokus auf das, was Sie möchten, und weniger Beachtung dessen, was Sie nicht möchten, können Sie Ihre Wünsche wahr werden lassen und gleichsam das Unerwünschte vergessen, indem Sie ihm schlicht keine Aufmerksamkeit mehr schenken. Natürlich kommen auf diese Weise auch viele Symptome, „Krankheiten“, Verstörungen und allgemein Misserfolg in unsere Welt. Z.B. kann allein der Glaube (oder die Einbildung), „Dicksein“ würde zwangsläufig „krank“ machen und den vorzeitigen Tod herbeiführen, zu genau diesem negativen Ergebnis führen. Auch so mache Prognose eines „Halbgottes in Weiß“ wie „Sie haben nur noch 1 Jahr zu leben“ führt häufig zu genau diesem Ergebnis, nämlich dann wenn diese Aussage vom Betroffenen geglaubt und angenommen wird. Es gilt also im wahrsten Sinne des Wortes: **„Du bist was Du denkst!“**

Ihre Energie folgt Ihrer Aufmerksamkeit! Richten Sie Ihre Aufmerksamkeit, Ihren Geist und Ihre Gefühle auf „das Mögliche“, so fließt auch Ihre Energie dorthin. – und so beeinflussen Sie nachfolgend auch die Materie, Ihren Körper und Ihr Verhalten. Das ist genau der Effekt, den wir u.a. in der Hypnose bewirken möchten: Ihre Aufmerksamkeit wird auf neue Möglichkeiten gerichtet, die neuen Möglichkeiten führen zu neuem Denken und Verhalten (geistige Veränderung), dies wiederum erzeugt neue Realitäten! Vom Problem zur Lösung mit der Kraft von Gedanken, aus uns selbst! Dazu muss Hypnose (oder eine andere Methode, die mit der Kraft von Gedanken arbeitet) allerdings auch emotional angenommen werden.