

# Video zur Wirkung des Placebo-Effekts

Das der Placebo-Effekt existiert und funktioniert, ist ja nun hinlänglich bekannt und auch ich werde ja nicht müde, ihn immer und immer wieder zu propagieren. Arte brachte kürzlich einen interessanten Beitrag zum Thema (siehe Video).

Der Placebo-Effekt ist übrigens immer im Spiel, der Glaube an die Heilung ist grundlegende Voraussetzung für dessen Eintreten. Jeder Zweifel macht Heilung und Erfolg zunichte.

---

## Zum 200. Todestag von Franz Anton Mesmer

*„Alle psychotherapeutischen Methoden von heute und ein gut Teil aller psychotherapeutischen Probleme gehen kerzengerade auf diesen einen Mann, Franz Anton Mesmer, zurück.“*

**Stefan Zweig**

*„Der Thierische Magnetismus ist ein wundersames, unschätzbares, dem Menschen verliehenes Geschenk Gottes.“*

**Samuel Hahnemann**, Begründer der Homöopathie, 1824

*„Meine Heilmethode ist nicht erlernbar, sie ist mir gegeben ... Sie lässt sich auf Kranke anwenden, für die Arzneien wirkungslos oder tödlich sind, deren Einbildungskraft jedoch vorzüglich arbeitet ...“*

**Franz Anton Mesmer**



Das Jahr 2015 ist das 200. Todesjahr des berühmten deutschen **Arztes Franz Anton Mesmer (1734-1815)**, der am 05.03.1815 in Meersburg am Bodensee starb. Mesmer gilt als der Begründer des sogenannten **„animalischen Magnetismus“**, des **„Feuers des Lebens“** und im Englischen existiert noch heute der Begriff „to mesmerize“ (mesmerisieren), der häufig auch als Synonym für den Begriff Hypnose verwendet wird. F.A. Mesmer gilt darüber hinaus als Entdecker der **Hypnose** als therapeutisches Verfahren. Er wurde zum Wegbereiter der modernen psychosomatischen Medizin. Mesmer war überhaupt ein Pionier auf dem Gebiet der Medizin: Jede Krankheit erschien ihm als Resultat einer Störung, bestehend aus einem unnatürlichen Widerstandes in Muskulatur und Nervensystem. Sein System funktionierte überall dort, wo andere Methoden versagten und so war der Erfolg seiner Lehre gewaltig. Mesmer avancierte zu einer Art „Popstar der Medizin“ und sein Ruf verbreitete sich schnell in ganz Europa.

Da auch ich selbst Hypnose in meinen Coachings verwende, habe ich mich im Zuge dessen intensiv mit Mesmer und seiner Lehre befasst. Grund genug, ihm zum 200. Todestag einen kleinen Beitrag auf meiner Webseite zu widmen.

Zum 200. Todestag Mesmers hat die Stadt Meersburg ihrem berühmtesten Sohn eine Ausstellung gewidmet: *„Magie des Heilens – Die wundersamen Erkundungen des F.A. Mesmer“*. Die einzigartige Ausstellung (die ich kürzlich selbst besucht habe – neben dem Grabmal Mesmers auf dem Meersburger Friedhof) läuft noch bis zum 27.09.2015 im Heilig Geist Spital in Meersburg, Mesmers Sterbehaus. Diese Ausstellung wird es in

dieser Form wohl nie wieder geben, denn die Exponate (insbesondere das einzig noch erhaltene „Baquet“ sowie seine Glasharmonika), mussten aus allen Teilen der Welt zusammengestellt werden, die Stadt Meersburg befindet sich nicht in deren Besitz. [Zur Webseite der Ausstellung.](#)



A. MESMER

Franz Anton Mesmer (Urheber N.N.)

## Biographie

**Franz Anton Mesmer** wurde am 23. Mai 1734 in Iznang am Bodensee (auf der Höri) als 3. von 9 Kindern einer Försterfamilie geboren. Aufgrund seiner ungewöhnlichen Begabung erhielt er von 1742 bis 1746 im Kloster Grünenberg Musik- und Lateinunterricht. Danach besuchte Mesmer das Jesuitenkolleg in Konstanz. Er studierte Philosophie in Dillingen, Theologie in Ingolstadt und ab 1759 Medizin in Wien, unter anderem bei **Gerhard van Swieten**, dem Hofarzt der **Königin Maria Theresia**. F.A. Mesmer war zudem Mitglied der Freimaurer.

Angeregt von dem katholischen Geistlichen **Johann Joseph Gaßner** glaubte F.A. Mesmer, dass die Anziehungskräfte der Planeten das menschliche Nervensystem beeinflussen und dissertierte darüber 1766: „*De planetarum influxu in corpus humanum*“.

In einem „*Sendschreiben an einen auswärtigen Arzt über die Magnetkur*“ umriss F.A. Mesmer 1775 die von ihm angenommene heilsame Wirkung magnetischer Kräfte auf tierische und menschliche Organismen und prägte den Begriff „animalischer Magnetismus“. Schließlich gründete er in Wien ein Hospital, in dem er den „Mesmerismus“ praktizierte, während ihn seine Fachkollegen und auch die Medizinische Fakultät der Universität argwöhnisch beobachteten. Seinen Heilerfolgen, die sich schnell herumsprachen, tat dies jedoch keinen Abbruch. In dieser Zeit entstand auch ein intensives Verhältnis zur Familie Mozart. Mit dem kleinen **Mozart** hatte er wohl musiziert, und er unterstützte auch die Entwicklung Mozarts, ohne die Mozart vermutlich nicht seinen späteren Ruhm erlangt hätte.

Mozarts Singspiel *Bastien und Bastienne* weist klare Bezüge zu Mesmer auf und wurde vermutlich sogar von ihm beauftragt. In der *Zauberflöte* bändigt das Titelgebende Instrument die wilden Tiere und in *Così fan tutte* erweckt der berühmte Arzt alias die verkleidete Zofe *Despina* mit seinen Magnetsteinen die vermeintlich toten Liebhaber wieder zum Leben. Bei Mesmers Baquet-Anwendungen spielte die Musik zur seelischen Einstimmung eine wichtige Rolle und Mozarts Kompositionen wird ebenso eine heilende Wirkung zugeschrieben.

F.A. Mesmer war auch ein hervorragender Musiker. Er spielte meist ein sehr seltenes Instrument, eine Glasharmonika. Diese setzte er später auch bei seinen Heilritualen ein.

1777 behandelte Anton Mesmer die im 3. Lebensjahr vermutlich aufgrund einer psychischen Störung erblindete Sängerin und Pianistin **Maria Therese von Paradis**, einer begnadeten Pianistin. Als er mit seiner umstrittenen Methode keinen dauerhaften Erfolg erzielte, sorgten Fachkollegen dafür, dass ihn eine von der Königin einberufene Expertenkommission des Betrugs bezichtigte. Dabei war dies nicht der Fall, denn Marie Therese konnte im Beisein Mesmers tatsächlich sehen, nur konnte sie nicht alles erkennen, da die bestimmte Gegenstände

einfach nicht kannte, da sie sie ja noch nie gesehen hatte. Darauf wies Mesmer immer wieder hin, man schenkte ihm jedoch kein Gehör. So kam es auch, dass Marie Therese das Klavierspiel nicht mehr so beherrschte wie zuvor, was dazu führte das ihre Eltern Mesmer die weitere Behandlung untersagten. Kurz darauf erblindete Marie Therese erneut ... Dieses Beispiel zeigt auf eindrucksvolle Weise, dass ein Großteil von Erblindungen oder Beeinträchtigungen des Seh- oder auch Hörvermögens, keine organischen, sondern psychosomatische Ursachen hat, die mit dem Verfahren Hypnose und/oder der Autosuggestion sehr gut behandelt werden können. Kein geringerer als **Emile Coué**, der als wichtigster Vertreter der Autosuggestion gilt, wies desöfteren auf diesem Umstand hin – er hatte solche Fälle zu Duzenden in seiner Praxis.



Darstellung F.A. Mesmer auf der Magischen Säule von Peter Lenk im Hafen von Meersburg

Die Vertreter der Schulmedizin verfolgten Mesmer mit Hass und Ablehnung. so dass er sich 1778 nach Paris absetzte, wo ihn die österreichische Gesandtschaft bei der Eröffnung einer Praxis an der *Place Vendôme* unterstützte (Mesmer unterhielt Räumlichkeiten im *Hotel de Bullion*). Hier standen die Menschen Schlange, um sich von ihm die Hand auflege zu lassen, und wer nicht in den Genuss seiner pompösen Behandlungszeremonien kam,

wollte wenigstens einen Blick Mesmers erhaschen. Der Magnetismus galt als Allheilmittel. Doch auch hier diskreditierten ihn Fachkollegen als Scharlatan, obschon er nachweislich vermutlich mehrere hundert Personen aus allen gesellschaftlichen Schichten der Heilung zuführte. Weil F.A. Mesmer dennoch unter einigen Adelligen, bedeutenden Personen und in der Bevölkerung einen guten Ruf hatte, setzte sich eine französische Expertenkommission mit dem animalischen Magnetismus auseinander. Mit vernichtendem Ergebnis. Offenbar wurde F.A. Mesmer einigen Ärzten der etablierten Medizin gefährlich, und ihm widerfuhr genau dass, was vielen „Alternativ- und Komplementärmedizinern noch heute geschieht: Rufschädigung bis hin zu Verfolgung, damit die Pfründe erhalten bleiben.

Dennoch ließ F.A. Mesmer seine Methode in zwanzig über das Land verteilten gemeinnützigen Einrichtungen der „Société d’Harmonie de France“ lehren und praktizieren. Seine Tätigkeit in Frankreich endete zu Beginn der Französischen Revolution im Zuge derer er einen Großteil seines erworbenen Vermögens verlor.

Nach einigen Reisen ließ Anton Mesmer sich in der Schweiz nieder, ab 1812 lebte er wieder am Bodensee. Dort veröffentlichte er 1814 die Schrift *„Mesmerismus oder System der Wechselwirkungen„*.

Am 5. März 1815 erlag Franz Anton Mesmer in Meersburg einem am 01.03.1815 erlittenen Schlaganfalls im Alter von 80 Jahren. Er liegt auf dem Friedhof zu Meersburg und sein gerade frisch renoviertes Grabmal kann heute noch besichtigt werden. An diesem Grabmal finden sich Menschen aus aller Herren Länder ein, selbst Australier wurden dort gesichtet. Dies zeigt, dass F.A. Mesmer im Ausland ein größeres Ansehen und Bekanntheit genießt, als in Deutschland.





F.A. Mesmer – Grabmal auf dem Friedhof zu Meersburg

## Der Animalische Magnetismus

F.A. Mesmer bezeichnet sein Heilkonzept als „**Animalischen Magnetismus**“ (manchmal auch „**Tierischer Magnetismus**“ genannt). Der Bezug zum Phänomen des Magnetismus wird deutlich. Natürliche Magnetsteine sind schon seit der Antike bekannt, seit dem 12. Jhd. kann man Magnetsteine herstellen, indem man Stahl mit Magnetstein bestreicht. Die dabei entstehenden Kräfte sind so geheimnisvoll wie faszinierend. Seit dem ausgehenden Mittelalter werden daher Magnetsteine von berühmten Ärzten wie **Paracelsus** gerne genutzt und auch Mesmer selbst wurde von Paracelsus beeinflusst.

Von der Entdeckung der Elektrizität ging eine noch größere Faszination aus. Seit etwa 1675 kennt man Elektriziermaschinen, mit denen sich Reibungselektrizität

künstlich herstellen lässt, seit 1744 werden sie auch medizinisch zur Auflösung von Stauungen der Körpersäfte eingesetzt. Magnete und Elektrizität werden auch heute noch in einigen therapeutischen Heilmethoden verwendet.

Mesmer nutzte zu Beginn seiner Laufbahn sowohl künstliche Magnete (die er auch selbst am Leib trug), wie auch Elektrisiermaschinen bei seinen Behandlungen. Später verzichtete er darauf, überträgt jedoch die Prinzipien der Elektrizität in sein Konzept – das Phänomen des unsichtbaren Stroms, die Möglichkeit der Speicherung von Energie in der sogenannten *Leydener Flasche* sowie die Übertragung von Elektrizität in Menschenketten.

Mesmers Grundidee und Basis seines Konzeptes ist der Einfluss der Planeten auf den menschlichen Körper. Kerngedanke: Wenn Sonne und Mond aufgrund der Gravitationskräfte Ebbe und Flut erzeugen können, dann sind sie auch in der Lage, auf Lebewesen Einfluss zu nehmen und die Körpersäfte aufwallen und auch wieder beruhigen zu können. Mesmer überträgt hier das physikalische Konzept der Gravitation von **I. Newton** auf belebte Körper, also die Biologie. Es braucht dazu aber ein Medium. Mesmer denkt es sich als ein Fluidum, als eine flüchtige, quasi gewichtslose Materie. Nach Mesmers Vorstellungen kann diese zwischen allen Körpern, den Gestirnen und der Erde, zwischen organischen und anorganischen Substanzen, vor allem aber zwischen Menschen ausgetauscht werden. Diesen Austausch bezeichnet Mesmer als Magnetisieren. Nur Menschen können Menschen heilen. M.E. liefert Mesmer hier bereits erste Ansätze und Ideen zur erst im 20. Jhd. aufgekommenen **Quantenphysik**, die sich das gesamte Universum als elektromagnetische Frequenzwellen vorstellt und damit Geist und Materie eins sind. Das bedeutet gleichsam, dass man mittels Gedankenkraft Materie beeinflussen kann, somit auch Heilung erzeugt werden kann, womit wiederum eine Brücke zur Hypnose geschlagen wird, und viele psychosomatische Phänomene erklärt werden können (sehen Sie hierzu auch meinen [Beitrag](#)



[hier auf autosystemcoach.de](http://hier.auf.autosystemcoach.de).).

Das Magnetisieren führt nach Mesmer ähnlich wie die Reibungselektrizität zur Aufladung des Körpers mit magnetischer Energie und bewirkt so in den Körpern „kranker“ Menschen das Lösen von Blockaden.

Die Bezeichnung „Animalischer Magnetismus“ führt leicht in die Irre, denn Mesmers Überlegungen zielen weder auf etwas Animalisches, Tierisches, noch haben sie mit dem herkömmlichen Magnetismus, wie er von natürlichen Magnetsteinen oder Stahlmagneten ausgeht, zu tun. Im Fokus Mesmers standen die elementaren „Lebensgeister“, das „Lebensfeuer“, das was man seit **C.G. Jung** als **Selbstindividuation** bezeichnet im Vordergrund, also die psychische Verfassung des Menschen. Was er entdeckte, ist im Kern die Kraft der **Suggestion** und die **Methode der Hypnose**. Sie erlaubten ihm, Menschen insbesondere mit psychosomatischen und neurologischen Leiden wirkungsvoll zu heilen.

Mesmer entdeckte im Laufe der Zeit auch die therapeutischen Möglichkeiten des künstlich hervorgerufenen Somnambulismus, verbarg diese jedoch, verschleierte sie, wünschte sie nie aufzuklären. Er bediente sich ihrer jedoch ein Leben lang, und das mit großem Erfolg.

Und so gilt F.A. Mesmer, der medizinische Phänomene erkannte, ohne sie erklären zu können, als einer der Väter der Psychoanalyse und der Behandlung seelischer Störungen. In einer Zeit großer sozialer und politischer Umwälzungen, war er einer derjenigen bedeutenden Persönlichkeiten, die die Menschen wegführten vom dumpfen Glauben an das Unabänderliche, bis hin zur Aufklärung, diesem „Heraustreten des Menschen aus der selbstverschuldeten Unmündigkeit“ (**Immanuel Kant**).

## **Wie funktionierte die Methode genau?**

Die therapeutischen Ansätze waren gar vielfältig: Zum einen bestrich Mesmer mit seinen Händen die Körper seiner Patienten,

insbesondere die Körperteile an denen Beschwerden bestanden (vermutlich abgeleitet von der Methode des Magnetisierens von Stahl mittels Magnetsteinen). Dies konnte durch unmittelbare Berührung oder auch mit einem kleinen Abstand den Körper entlang geschehen. Zum anderen fixierte er Patienten mit seinen Augen oder einem Magnetisierstab und versetzte sie so in einen hypnotischen Zustand (eine Trance), aus dem sie wieder entspannt erwachten. Noch heute werden hypnotische Trancen mit diesen oder ähnlichen Methoden eingeleitet („individuelles Magnetisieren“).

Zu seiner spektakulärsten Methode zähle aber zweifellos die Gruppierung mehrerer Personen (**Séance**) rund um einen von ihm entwickelten Heilzuber dem sogenannten **Baquet**. Das Baquet ist für Mesmer ein Speicher magnetischer Energie, so die die Leydener Flasche einer für elektrischen Strom war. Vom Baquet gingen Schnüre aus, mit denen sich die darum versammelten Menschen verbanden, um die empfangende Energie weiterzuleiten. Zusätzliche Eisenstäbe wurden direkt auf kranke Stellen des Körpers gerichtet und sollten auf diese Weise Heilung auslösen. Mit dieser Methode schaffte es Mesmer den großen Andrang von Patienten zu bewältigen. Er nannte es folgerichtig auch „kollektives Magnetisieren“.



Le Baquet de Mesmer.

Kollektives Magnetisieren mit Baquet, Copyrighted work

available under Creative Commons

Rein physikalisch betrachtet ist das Baquet Unsinn, aber es funktionierte dennoch, vermutlich durch das, was wir heute als „Placebo-Effekt“ bezeichnen, also den puren Glauben an die Wirkung der Methode sowie großes Vertrauen zum Therapeuten, was dazu führt, dass das Verfahren emotional angenommen wird. Zahlreichen Berichten zufolge wurden die Menschen von Impulsen ergriffen und durchströmt. Sie fielen teilweise in Ohnmacht und erlebten die Krise, die Mesmer vorausgesagt hatte und die er als Voraussetzung für eine Heilung begriff. So kann man Mesmer auch mit Fug und Recht als den Entdecker der sogenannten Heilungskrise bezeichnen, eine solche gibt es nämlich wirklich.

Mesmer hat die Funktionsweise seiner Methode nie vollständig erklärt, folgende Äußerung soll er jedoch gegenüber dem französischen Arzt **Charles Nicolas Deslon** geäußert haben. Sie beschreibt auf sehr einfache und verständliche Weise, wie Mesmer seine Methode sah und anwendete:

*„Der animalische Magnetismus sollte in meinen Händen wie ein sechstes, künstliches Sinnesorgan betrachtet werden. Die Sinne lassen sich nicht definieren und beschreiben: man empfindet sie. Man kann einem von Geburt an Blinden die Farben nicht erklären. Um sie zu empfinden, müsste er sie sehen. Genau so verhält es sich mit dem animalischen Magnetismus. Man muss ihn erfahren, ihn fühlen, um ihn zu verstehen und seine Theorie begreiflich machen zu können. Deshalb fällt es denen, die die von mir hervorgebrachten Wirkungen an sich selbst zu erfahren gewohnt sind, leichter, mich zu verstehen, als anderen Menschen.“*

aus: „Die Entdeckung des Lebensfeuers – Franz Anton Mesmer“ von Jean Thuillier

## **Fazit:**

F.A. Mesmer war seiner Zeit weit voraus und wir können heute

noch von ihm lernen. Es dürfte kaum eine Heilmethode geben, die im Anschluss an Mesmer nicht in irgend einer Form „abgekupfert“ hätte. Genannt seien hier nur die Methode der Hypnose, der Autosuggestion (nach Coué), Magnetfeldtherapie, Frequenzwellentherapie, Homöopathie und nicht zuletzt gar die klassische Psychologie und Schulmedizin, die sich in der jüngsten Vergangenheit immer mehr dem Phänomen des Placebo-/Nocebo-Effektes gewidmet hat und zunehmend konstatieren muss, dass es letztlich der Gaube ist, der Berge versetzt und der Mensch aus sich selbst heraus allein durch Vorstellung und Gedankenkraft einen jeden Erfolg auslösen kann und somit auch die Heilung.

**Franz Anton, Ruhe in Frieden – Wir haben Dir viel zu verdanken!**

---

## 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 Dispenças 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 99,999999999999 % 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.