

Krebs geheilt mit der Kraft der Gedanken

Klaus Pertl · Samstag den 22. Februar 2014



Ist das eine Frage oder eine Bestätigung? Gibt es sie wirklich, die Heilkräfte des Geistes? Können Gedanken und Bewusstsein uns gesund machen? Ist es möglich über das „Feinstoffliche“ (Gedanken) auf das „Grobstoffliche“ (Materie, Organe, Körper) zu wirken?

Die Antwort ist ein eindeutiges Ja. Denn es hat sich gezeigt, dass es in der Tat klare immaterielle Einflüsse gibt, die auf die Heilung von Krankheiten wirken. Das ist heute generell akzeptiert. Dazu gehören unter anderem:

- Wie hoch das Vertrauen des Patienten in den Arzt, das Krankenhaus, den Therapeuten ist
- Wie hoch das Vertrauen des Patienten in die Therapie / Medikament etc. ist
- Wie stark der Wille und das Vertrauen des Patienten in die eigene Heilung ist

Diese Tatsache führt dazu, dass immer mehr Mediziner neben wissenschaftlichen Daten und Fakten verstärkt auch auf die Wirkung des Geistes für die Heilung setzen. Wie kann nun dieses Wissen bewusst genutzt werden? Dazu gibt es vier klare Strategien.

Strategie 1 - Die Täuschung mit einem Medikament (Verfahren)

Auch besser bekannt als der Placebo-Effekt. Die meisten von uns haben schon von dem Placebo-Effekt gehört. Ein Arzt teilt einem Patienten mit, dass ihm diese kleine Pille helfen wird, ein Problem im Körper zu lösen. Aber es handelt sich nicht um ein richtiges Medikament, sondern um ein „Scheinmedikament“. In der Regel um eine Salz- oder Zuckerlösung. Der Patient weiß aber nicht davon. Er lässt sich also täuschen, ohne es zu wissen. Was er jedoch tut ist, er glaubt daran, dass diese Pille ihm helfen wird. Und genau das passiert dann in 30-40% der Fälle.

Ein sehr interessantes Buch zu diesem Thema ist das von Dr. Lissa Rankin „Mind over Medicine - Warum Gedanken oft stärker sind als Medizin: Wissenschaftliche Beweise für die Selbstheilungskraft“, das 2013 erschienen ist.

Hier sind zwei der vielen erstaunlichen Placebo-Studien aus diesem Buch:

(1) Die Tumore von einer Frau verkleinerten sich durch eine Bestrahlungstherapie. Erst später stellte sich heraus, dass der Bestrahlungs-Apparat kaputt war. Aber die Patientin glaubte die ganze Zeit über, sie würde eine Bestrahlung erhalten. Und natürlich dachte sie auch, dass so eine Bestrahlung Tumore verkleinern kann.

(2) Ein Mann mit sehr fortgeschrittenem Krebs hatte in mehreren Organen Tumore. Die Ärzte gingen davon aus, dass er die Woche nicht überleben würde. Er glaubte aber daran, dass ein neues Medikament mit dem Namen „Krebiozen“ ihm noch helfen könnte wieder gesund zu werden. Er bat den Arzt, ihm das Medikament zu verabreichen. Dieser Patient war aber zu krank, um an dieser Medikamenten-Studie teilnehmen zu dürfen. Also gab der Arzt ihm eine Placebo-Injektion. Kurz darauf reduzierten sich die Tumore in seinem Körper um die Hälfte. Zwei Monate lang sprach er voller Begeisterung über dieses Wundermedikament. Bis er in einer Zeitung las, dass dieses Medikament „nicht effektiv“ war. Daraufhin fiel er in eine Depression und der Krebs kam wieder zurück. Worauf der Arzt ihm mitteilte, dass er eine neue „verbesserte“ Version von diesem Medikament erhalten hatte. Wieder injizierte er nur destilliertes Wasser - ein Placebo. Wieder ging es dem Patienten besser. Bis dann am Ende die American Medical Association offiziell verkündete, dass dieses Medikament absolut ineffektiv war. Und wieder kam der Krebs zurück und der Patient starb zwei Tage später.

Es gibt hunderte von Beispielen für den Placebo-Effekt. Und bei genauer Hinsicht lässt sich ganz eindeutig sagen, dass diese Scheinmedikamente vor allem deshalb funktioniert haben weil:

1. die Patienten etwas einnahmen oder eine Spritze bekamen. Es passierte etwas, das sie real wahrnehmen (fühlen) konnten, also die Pille im Mund, die Injektionsnadel etc.
2. sie von einem vertrauenswürdigen Experten (Respektsperson) verabreicht wurden
3. weil die Patienten glaubten, dass sie ein „reales“ Medikament bekamen.

Es ist also diese innere mentale und positive Erwartung des Patienten, die zur Heilung führt. Ein Gedanke, der eine reale körperliche Reaktion erzeugt. Ein Placebo kann zu einer echten „Heilung“ führen. Das ist Fakt.



Strategie 2 - Die Täuschung mit einem Medikament/Verfahren PLUS emotionale Unterstützung

Es hat sich gezeigt, dass die Strategie 1 sogar noch verstärkt werden kann. Normalerweise liegen die Placebo-Effekte zwischen 30-40%. Wenn aber der Patient, der ein Placebo erhält, auch noch gleichzeitig vom Arzt eine emotionale Unterstützung erhält, dann kann dieser Wert sogar bis auf 60% ansteigen.

Was hier wichtig ist, ist dass der Arzt / Therapeut drei Dinge tut:

1. er nimmt sich für den Patienten viel Zeit
2. er hört ihm aufmerksam zu und sagt selbst nur sehr wenig
3. Wenn der Arzt dem Patienten etwas sagt, dann Dinge wie: ... „das wird Ihnen sicherlich sehr gut tun“ ... „das hat schon vielen geholfen“ ... „das wirt sehr gut“ ...

Also Dinge, die dem Patienten Hoffnung, ein gutes Gefühl geben und damit zu einer Beruhigung der Angst führt.

Strategie 3 - Die mentale Suggestion durch Andere

Doch es gibt auch Strategien, die nicht einmal ein physisches Produkt (Placebo) benötigen und die ebenfalls auf die Gesundheit wirken. Das sind Suggestionen wie sich dies z.B. die Hypnotherapie zu Nutze macht. Der Patient entspannt sich so sehr, dass er nicht mehr bewusst wahrnehmen kann, was um ihn herum passiert. Es sind in diesem Fall vor allem Theta-Gehirnwellen aktiv. Diese stehen in Verbindung mit einem leichten Schlaf. In diesem Zustand ist dann dieser Mensch offen für „Suggestionen“ des Therapeuten. Man geht davon aus, dass etwa 60% der Menschen dafür offen sind und darauf auch gut reagieren. Besonders gerne wird eine Hypnotherapie bei der Raucherentwöhnung oder bei Abnehmprogrammen genutzt.

Strategie 4 - Die mentale Selbst-Suggestion

Bei den ersten drei Strategien braucht man die Hilfe von anderen. Diese Strategie der

Selbstsuggestion funktioniert vollkommen ohne fremde Hilfe. Das ist der Bereich, in dem ich seit vielen Jahren auch für krebserkrankte Menschen tätig bin. Damit diese Selbstbeeinflussung in der Praxis am besten funktioniert, gilt es fünf Konzepte zu verstehen und umzusetzen. Diese Erkenntnisse basieren auf 15 Jahre Erfahrung. Und ja, es handelt sich wie ich denke, eher um eine Kunst als um eine Wissenschaft.

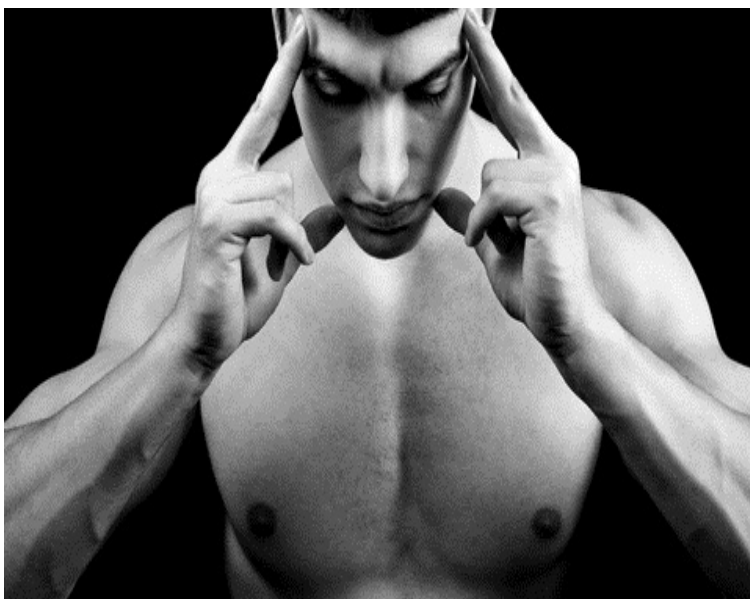
1) Die Motivation - Die Entscheidung Selbstbeeinflussung nutzen zu wollen

Alles beginnt mit einem Verlangen - einer klaren Entschlossenheit. Das ist der Motor, der Antrieb, diese Selbstbeeinflussungs-Konzepte nutzen zu wollen. In der Regel gibt es nur zwei Motoren. Entweder die Angst (die Situation macht mir so Angst, dass ich einfach jetzt alles tue) oder die Liebe (ich will gerne das für mich gute und hilfreiche tun). Aus meiner Erfahrung ist die Liebes-Motivation acht Mal effektiver als die Angst-Motivation. Machen Sie Liebe, Freude auf etwas (hin-zu-etwas) zum Motiv. Die treibende Emotion für die „Selbst-Beeinflussung“ sollte ein Herzgefühl sein. Damit meine ich, dass Sie diese Selbstbeeinflussungsübungen mit dem Gefühl der Liebe, Mitgefühl, Vergeben, Wertschätzung, Dankbarkeit machen sollten.

Ohne Ego, ohne Bewertung von richtig oder falsch. Ohne irgendwelche versteckten Motive und auch ohne Besessenheit (anhaften), dass das gewünschte Resultat eintritt. Erst durch unser bewusstes wählen und entscheiden, können wir selber aktiver mitwirken, wie unser Leben aussieht. Es anderen zu überlassen macht keinen Sinn für mich.

2) Bewusstsein (Aufmerksamkeit) und Intention (die Visualisierungsübung)

Bewusst, regelmäßig (2-3 Mal täglich) mit Hilfe der eigenen Fantasie und Vorstellungskraft ganz bestimmte mentale „Visualisierungsübungen“ machen (siehe nachfolgend Nr. 5). Am besten immer zu gleichen festen Zeiten am Tag. Ich empfehle, gleich nach dem Aufstehen, am Nachmittag zwischen 14:00 und 15:00 Uhr und dann abends vor dem Einschlafen. Diese Übung dauert etwa 15 Minuten. Diese Zeit „muss“ fest eingeplant und genommen werden. Keine Ausreden. 100% Ich-Verantwortung übernehmen. Nur so funktioniert es auch.



3) Fokussierung - die „Vision der Heilung“ am Leben halten

Es ist bei Krebs natürlich sehr wichtig zu erkennen und zu akzeptieren was „wirklich“ ist. Nämlich, dass Krebs derzeit vorhanden ist. Es geht hier nicht darum es zu leugnen oder zu verdrängen, sondern zu akzeptieren und dann die ganze Aufmerksamkeit auf das zu richten, was kommen soll. Hierbei ist es wichtig, sich mit sich selbst zu beschäftigen. Im Besonderen geht es um die Klarheit in folgenden Fragen:

- was ist meine innere Haltung (Einstellung, Vorstellung, Überzeugung) in Bezug auf Heilung?
- was sind meine dominanten Gedanken in Bezug auf Heilung (positiv, negativ)?
- welche Emotionen treten auf, wenn ich über Heilung nachdenken (belastend oder energiegelend)?
- wie stark ist mein Vertrauen in meine Heilung?

Alles was zu einem „Zerstören der Vision“ führt muss nun bewusst gestoppt und verändert werden. Jetzt geht es darum, vor allem die Energien in das eigene Leben zu lassen, die jetzt hilfreich sind, um gesund zu werden. Ist es hilfreicher, sich jeden Tag aufzuregen? Oder ist es hilfreicher, sich jeden Tag zu entspannen? Ist es hilfreicher, den ganzen Tag über genervt, frustriert und verängstigt zu sein? Oder ist es hilfreicher solche Belastungen in 1-2 Minuten stoppen zu können und den Tag über sich entspannter, glücklicher und vertrauensvoller zu fühlen? Ist es hilfreicher, sich selbst permanent zu kritisieren? Oder ist es hilfreicher, zu lernen zu vergeben und sich selbst mehr lieben zu können?

Es geht darum, Verantwortung zu übernehmen für die eigenen Gedanken, Gefühle und Verhalten. Aufspüren, welche „krankmachenden“ Lebensmuster es gibt und diese zu stoppen und zu verändern. Ist das möglich? Ja, denn alle Verhalten sind antrainiert. Es braucht Beobachtung der eigenen „Gedanken“ (Reflektion) und dann ein bewusstes verändern der Gedanken. Das kann jeder lernen.

4) Wiederholung

Diese Visualisierungsübung immer wieder - jeden Tag 3 Mal - wiederholen. So steigert man die Qualität und Intensität der Gesundheits-Gefühle.

5) Die Heilung entsteht durch ein „Gefühl“

Es ist das „Gefühl“ das uns heilt. Nicht Wissen oder Fakten. Es ist das Gefühl, das mit Hilfe der Visualisierungstechnik im Inneren entsteht und das die Heilung aktiviert. Die Visualisierungsübung soll also ein Gefühl aktivieren. Alles beginnt damit, sich von Kopf bis Fuß zu entspannen. Am besten geht das mit Hilfe von Entspannungstechniken, um sich dann in diesem entspannten Zustand mit Hilfe von Phantasie und Vorstellungskraft, die dominanten internen Sinne zu aktivieren (sehen, hören, fühlen, riechen und schmecken) und dem Körpersystem ein „Bild“ zu übermitteln, dass die Gesundheit die man sich wünscht schon bereits eingetreten ist. Es ist eine Art Kopfkino. Ich verwende hierfür das Modell der „Drei Leinwände“ aus dem MindStore System.

Dieses Bild wirkt aber nur dann, wenn wir es auch „fühlen“ können, wenn es in uns dieses Gefühl der „Gesundheit“ - dass es jetzt gerade passiert ist - kreiert. Es ist ein Gefühl des Glaubens und des Vertrauens, das jetzt entsteht. So wie der Patient dem Arzt glaubt, dass er

jetzt gesund wird. Auch wenn es „nur“ ein Gefühl ist, so ist es doch genau dieses Gefühl, das am Ende die Heilung kreiert.

Wie im Punkt 4 angesprochen ist Wiederholung absolut essentiell. Also immer wieder diese Visualisierung zu wiederholen, damit dieses Gefühl immer stärker, klarer und dadurch mental „wahrer“ wird. Denn unser Gehirn kann nicht unterscheiden, ob etwas wirklich real wahr ist oder ob wir es uns einfach nur vorgestellt haben. Beides, die reale Stimulierung von außen und die Gedanken, die von innen kommen müssen immer im Gehirn verarbeitet werden.

Warum funktionieren diese 4 Strategien der Heilung durch Gedanken?

Es ist immer noch nicht ganz eindeutig, warum diese 4 Strategien genau funktionieren. Es gibt aber ein paar Erklärungsversuche. Eine davon kommt aus den Erkenntnissen der Quantenphysik der letzten 100 Jahre. Die großen Denker und Forscher wie Schrödinger, Heisenberg, Planck, Bohr und Einstein konnten nachweisen, dass die Atome der Materie ganz im innersten nicht etwas „festes“ sind, sondern aus einem Feld unterschiedlich schwingender Teilchen bestehen, den Elektronen, Protonen und Neutronen.

Gemäß der Quantenphysik kann das menschliche Bewusstsein die Gedankenkraft die Drehrichtung der Elektronen beeinflussen und verändern. Übertragen auf den Körper bedeutet das folgendes: Alle Körperzellen kommunizieren permanent mit einer enormen Geschwindigkeit miteinander. Und jede Energieinformation in unserem Körper, wie z.B. ein Gedanke oder ein bestimmtes Gefühl erzeugt immer auch eine Information an diese Körperzellen.

„Materie besteht im Prinzip aus demselben Stoff wie unsere Gedanken. Jede Veränderung der Enzymstruktur in unserem Körper beruht auf Information, und unser Bewusstsein ist eine solche Information, die Materie in uns und außerhalb von uns beeinflusst.“

Dr. Ulrich Warnke (Physik und Biologiedozent)

Ich glaube, dass dies eine mögliche Erklärung ist. 100% sicher nachweisen konnte es aber bisher noch niemand. Doch das gilt für viele wichtige Dinge in unserem Leben. Wir wissen nicht immer genau, wie viele der wichtigen Dinge wirklich funktionieren. Aber sie funktionieren. Und das ist für mich am Wichtigsten. Dass sie funktionieren aber auch dass ich sie aktiv nutze.

Kann die neue Medizin eine Medizin sein, die keine Medikamente mehr braucht?

Das ist mein Wunsch, mein Traum, mein Ideal. Werden wir es schaffen? Ich weiß es nicht. Aber es ist für mich ein sehr wichtiges Ideal. Etwas, für das es sich für mich lohnt, mich einzusetzen und aktiv mitzuwirken.



Ist das Alles?

Nein! Ich denke die Kraft der Gedanken zur Heilung aktiver zu nutzen ist der eine wichtige Teil. Aber es gibt noch einen weiteren. Krankheiten wie Krebs kommen nicht „plötzlich“ in unser Leben. Krebs ist immer auch eine Aufforderung, das eigene Leben genauer zu betrachten. Das Leben anzuhalten und nicht einfach so weiter zu leben, als sei nichts passiert. Es ist ein drastische Erinnerung, das eigene Leben bewusster unter die Lupe zu nehmen. Zu erkennen, was zu STOPPEN ist aber auch was KOMMEN muss, damit Körper, Geist und Seele sich „genährt“ und wohl fühlen.

Auch hier kann ich aus Erfahrung sprechen. Wir wissen von unserem 3E-Programm, dass die Menschen, die für 5 Wochen daran teilnehmen, auch immer glasklar wissen:

- was sie hinter sich lassen (aufgeben, stoppen) werden
- was für sie für ein erfülltes und sinnvolles Leben wirklich wichtig ist
- welche wichtigen Ziele, die sie wirklich nähren, sie in den nächsten 1-2 Jahren realisieren möchten

Das Alte muss gehen (sterben), damit das Neue (Leben) beginnen kann. Das ist der andere wesentliche Teil der Heilung. Die alten Verhalten, Gedanken und Gewohnheiten haben einen verlassen. Platz ist frei geworden für die Wunder von einem authentischen Leben. In diesem Zustand werden neue Energien frei. Heilende Energien. Der Hebel ist umgelegt worden. Natürlich ist das für viele schwer vorstellbar, dass so etwas passiert. Der Grund hierfür ist der, dass es sich um ein „Erleben“ handelt, das nur bis zu einem bestimmten Grad intellektuell verstanden werden kann. Der wesentlichere Teil ist, dass man es SELBST erleben und erfahren muss. Was nur geht, wenn man es selbst tut. So entsteht eine wahre und starke, neue innere Form von Frieden. Die höchste Form der Selbst-Beeinflussung.



Dieser Artikel wurde verfasst von Klaus Pertl

- Gründer und Leiter MindStore Deutschland
- 1997 von Jack Black persönlich trainiert und ausgebildet
- Seit 1998 erster autorisierter Trainer für MindStore-Seminare in Deutschland
- Gründungsmitglied des gemeinnützigen Vereins „Krebs21“ (krebstherapien.de)
- Gründungsmitglied und Geschäftsführer vom Seminarzentrum Buocher Höhe GmbH (3e-zentrum.de)

- Graduierte als Bachelor of Business Administration mit Summa Cum Laude
- Analyst bei Standard & Poor's
- Von 1991 bis 1998 selbständiger Unternehmer und Management-Trainer in Großbritannien und Deutschland

[Share](#)[Tweet](#)[Share](#)[Share](#)

» [Homepage](#) | [Klaus Pertl](#)