

Dr. Zhi Gang Sha

Seele Geist Körper
Medizin

Eine Anleitung zur Selbstheilung durch Seelenkraft



Titel der amerikanischen Originalausgabe
»Soul Mind Body Medicine«
Published by: New World Library, Novato Kalifornien
Copyright © 2006 by Dr. Zhi Gang Sha

Deutsche Ausgabe: © KOHA-Verlag GmbH Burgrain
Alle Rechte vorbehalten – 4. Auflage: 2009
Aus dem Englischen von Nayoma de Haën
Lektorat: Maryam Beck
Umschlag: HildenDesign
Umschlagfoto: © Getty Images / Simon Watson
Gesamtherstellung: Karin Schnellbach
Druck: Bercker, Kevelaer
ISBN 978-86728-010-5

WIDMUNG

Ich widme dieses Buch meinem geliebten und hochverehrten Meister Dr. Zhi Chen Guo, Mama Guo und ihren Töchtern. Ich fühle mich tief geehrt, Meister Guos weltweiter Repräsentant und Adoptivsohn sein zu dürfen. Ohne die Lehren von ihm und seiner Familie hätte ich dieses Buch nicht schreiben können. Ich kann ihnen gar nicht genug danken.

Ich widme dieses Buch auch meinen spirituellen Vätern in Jiu Tian (Neun Ebenen des Himmels) und in Tian Wai Tian (Himmel jenseits von Jiu Tian). Ohne ihre Fürsorge und ihren Segen wäre dieses Buch nie entstanden. Ich kann ihnen gar nicht genug danken.

Ich widme dieses Buch auch dem Göttlichen. Ich fühle mich sehr geehrt, ein universaler Heiler, Lehrer und Diener sein zu dürfen, der göttliche Lehren, Heilung und Segen verteilt. Ich kann das Göttliche gar nicht genug ehren.

Und schließlich widme ich dieses Buch all jenen, die nach der Weisheit, dem Wissen und der Praxis des energetischen und spirituellen Heilens suchen, auch den Millionen von Menschen, die unter chronischen Schmerzen und Problemen oder lebensbedrohlichen Krankheiten leiden. Ihr braucht alle mehr Hilfe. Dieses Buch ist ein praktisches Werkzeug, in dem die Hilfe enthalten ist, die ihr und eure Lieben braucht, denn es lehrt euch, wie ihr euch selbst und andere zu heilen vermögt.

Ich biete jedem auf Mutter Erde und jeder Seele im Universum meine Liebe an. Lasst mich euer bedingungsloser Diener sein. Ich wünsche mir, dass ihr viel Nutzen aus diesem Buch zieht. Ich fühle mich sehr geehrt, euch dienen zu dürfen.

Danke. Danke. Danke.

INHALT

Vorwort	9
Einführung	12
1. Konzepte der Seele-Geist-Körper-Medizin	19
Seelenkraft	19
Physisches Leben und spirituelles Leben	21
Zentrale Theorien	21
Die Ursachen von Krankheit	28
Krankheitsdiagnose	35
Jeder ist ein Heiler	38
2. Die Überlegenheit der Seele über die Materie	41
Grundlegendes Wissen über die Seele	41
Die Beziehung zwischen Körper, Geist und Seele	44
Nahrung für die Seele	45
Die »Sag Hallo«-Heilung	47
Universaler Dienst	51
Liebe lässt alle Blockaden schmelzen	52
Vergebung schenkt Frieden	54
3. Die Überlegenheit des Geistes über die Materie	57
Geisteskraft	58
Die Konzentration der Geisteskraft	59
Die Entwicklung der Geisteskraft	64
4. Die Heilung-in-einer-Minute	69
Bevor Sie anfangen	70
Weng Ar Hong	71
Die heilige Heilungszahl 3396815	74
Shas Goldene Heilkugel	76
Bedingungsloser Universaler Dienst	78

5. Die Universale Meditation	85
Meditationsarten	86
Das Denken während der Meditation	89
Bilder im Bauch	95
Das Üben der Universalen Meditation	99
Die Universale Meditation zur Stärkung von Energie, Vitalität, Ausdauer und Abwehrkraft	101
Die Universale Meditation zur Selbstheilung	107
Die Universale Meditation zur Heilung anderer	113
Die Universale Meditation für Gruppenheilungen	116
Die Universale Meditation zur Fernheilung	117
Die Universale Meditation zum Entfernen von Negativität	118
Die Universale Meditation zur Auflösung von schlechtem Karma	121
Die Universale Meditation zur Lebenstransformation	126
Die Universale Meditation zur Seelenerleuchtung	129
6. Anwendungen der Seele-Geist-Körper-Medizin	135
Die Vier Kraft-Techniken	136
Geheime Energie-Kreise	137
Gewicht abnehmen	154
Vierwöchiges Genesungsprogramm für Krebskranke	156
Heilung von Zuständen emotionalen Ungleichgewichts	170
Weitere Anwendungen der Seele-Geist-Körper-Medizin	183
7. Die praktische Anwendung der Vier Kraft-Techniken	193
Körperkraft	194
Seelenkraft	196
Klangkraft	196
Geisteskraft	198
Kopfleiden	200
Augenleiden	215
Nasenleiden	223

Mundleiden	230
Ohrenleiden	237
Halsleiden	243
Lungenleiden	248
Herzleiden	259
Magen- und Milzleiden	261
Leber- und Gallenleiden	273
Nieren- und Blasenleiden	284
Unterleibsleiden	289
Frauenleiden	295
Blutgefäßleiden	298
Knochen- und Gelenkleiden	301
Hautleiden	316
8. Vorbeugende Maßnahmen	319
Schlüsselfaktoren zur Vermeidung von Krankheiten	319
Tägliche Übungen	340
9. Die Essenz	345
Innerer Frieden	346
Reinigung	346
Liebe und Vergebung	347
Die Heilige Heilungszahl 3396815	348
Shas Goldene Heilkugel	348
Universale Meditation	348
»Sag Hallo«-Heilung und »Sag Hallo«-Segen	349
Heilender Segen von meiner Seele	352
Danksagung	354
Index	
Über den Autor	

Vorwort

Ich habe in diesem Leben drei Aufgaben. Meine erste Lebensaufgabe ist, das Heilen zu lehren, also den Menschen beizubringen, sich selbst und andere zu heilen. Meine Botschaft der Heilung lautet:

Ich habe die Kraft, mich selbst zu heilen.

Ihr habt die Kraft, euch selbst zu heilen.

Gemeinsam haben wir die Kraft, die Welt zu heilen.

Meine zweite Lebensaufgabe besteht darin, Seelenweisheit zu lehren, den Menschen zu zeigen, wie sie sich selbst erleuchten können. Ich lehre Seelenweisheit, um anderen zu helfen, ihre spirituelle Reise zu erfüllen, die darin besteht, Seelen-Erleuchtung zu finden und den eigenen Standpunkt in der Seelenwelt zu stärken. Meine Botschaft der Seelenreise lautet:

Ich habe die Kraft, mich selbst zu erleuchten.

Ihr habt die Kraft, euch selbst zu erleuchten.

Gemeinsam haben wir die Kraft, die Welt zu erleuchten.

Meine dritte Lebensaufgabe besteht darin, mich in den universalen Dienst zu stellen. Ich bin ein universaler Diener. Sie sind ein universaler Diener. Jeder und alles ist ein universaler Diener. Ein universaler Diener bietet universal seinen Dienst an, zu dem universale Liebe, universale Vergebung, universaler Frieden, universale Heilung, universaler Segen, universale Harmonie und universale Erleuchtung gehören. Meine Botschaft für den universalen Dienst lautet:

Ich biete bedingungslos universal meinen Dienst an.

Ihr bietet bedingungslos universal euren Dienst an.

Gemeinsam dienen wir bedingungslos dem Universum.

Mit der Seele-Geist-Körper-Medizin* habe ich ein effizientes Heilungssystem entwickelt, mit dem ich alle drei meiner Lebensaufgaben erfüllen kann. Dieses Buch wird Sie lehren, sich selbst und andere zu heilen. Ich werde Ihnen auch zeigen, wie Sie Gruppenheilungen und Fernheilungen durchführen können. Außerdem wird dieses Buch Ihnen helfen, Körper, Geist und Seele vollkommen zu transformieren. Es ist mir eine Ehre, der Welt die Seele-Geist-Körper-Medizin vorstellen zu dürfen.

Meine eigene Heilungsreise in Form von Studien, Selbstentwicklung, klinischer Praxis, Lehren und persönlicher Erfahrung dauert jetzt schon über vierzig Jahre an. Ich begann im Alter von sechs Jahren Tai Chi zu lernen. Mit zehn Jahren lernte ich Qi Gong und wandte mich dann bald der tiefen Weisheit des Kung Fu, I Ging und Feng Shui zu. Ich studierte westliche Medizin und wurde Arzt für Kräuterheilkunde und Akupunktur.

Von meinem hochverehrten Meister Dr. Zhi Chen Guo lernte ich die Zhi-Neng-Medizin (Zhi Neng bedeutet »Die Intelligenz und die Fähigkeiten von Geist und Seele«). Ein großer Teil der Weisheit der Seele-Geist-Körper-Medizin entstammt direkt den Lehren von Meister Guo. Ohne diese Lehren hätte ich dieses Buch nicht schreiben können.

Als Schulmediziner und Arzt der Traditionellen Chinesischen Medizin ehre ich die westliche Medizin, die Traditionelle Chinesische Medizin und alle anderen Heilweisen. Um die Seele-Geist-Körper-Medizin zu entwickeln, habe ich die heilende Weisheit und das Wissen der westlichen Medizin, der Traditionellen Chinesischen Medizin, der Zhi-Neng-Medizin und der Körper-Raum-Medizin, die ich ebenfalls von Meister Guo erlernte, mit dem spirituellen Heilwissen der alten Philosophien und Religionen verbunden. Dazu gehören der Buddhismus, der Taoismus, der Konfuzianismus und das Christentum. Ich habe auch viele andere alternative Heilmetho-

* Das Wort »Geist« steht im Zusammenhang dieses Buches für den mentalen und psychischen Aspekt des Geistigen, die Begriffe ›Seele‹ oder ›Spirit‹ dagegen weisen auf den spirituellen Aspekt hin. Der Begriff »Seele« ist darüber hinaus viel weiter gefasst als im alltäglichen Sprachgebrauch, so dass z.B. auch bei einzelnen Organen oder gar Zuständen über deren »Seele« gesprochen wird. Anm. d. Übers.

den mit einbezogen. Eine besondere Quelle der Weisheit und des Wissens sind mir meine offenen spirituellen Kanäle, zu denen auch meine medizinische Intuition gehört. Nach der lebenslangen Integration all dieser Wissensbereiche und unter der Führung von Meister Guo, meinen spirituellen Vätern im Himmel, meiner eigenen Seele und des Göttlichen (des Schöpfers, der Quelle oder des Universums), war ich schließlich in der Lage, die Seele-Geist-Körper-Medizin zu entwickeln.

Mein Hauptanliegen in diesem Buch besteht darin, einen Weg aufzuzeigen, der meiner Ansicht nach die Zukunft der Medizin bestimmen wird. Gleichzeitig möchte ich Ihnen praktische Methoden an die Hand geben, mit denen Sie sich selbst und andere schon jetzt heilen können. Um die Seele-Geist-Körper-Medizin zu erlernen, brauchen Sie keinerlei medizinisches Fachwissen.

Ich biete hiermit einen Weg der Heilung an, der mit der westlichen Medizin und anderen Heilweisen vereinbar ist. Dieser Weg hat keinerlei Nebenwirkungen. Er hilft Ihnen, bei Ihrer Heilung selber eine wesentliche Rolle zu spielen und Ihre Gesundheit so schnell wie möglich wiederherzustellen. Ich hoffe, dass die Seele-Geist-Körper-Medizin Ihr Verständnis von Medizin, Gesundheit, Heilung und Lebenstransformation von Grund auf verändert.

Auf den folgenden Seiten werden viele wirksame Heilweisen vorgestellt. Jede dieser wertvollen Weisheiten ist ein universales Hilfsmittel Ihrer Heilungsbedürfnisse. Verwenden Sie diese mit Liebe und Respekt, und sie werden Ihr Leben durch Heilung und andere Segnungen unermesslich bereichern.

Denken Sie daran, dass bedingungslose universale Hingabe bzw. bedingungsloser universaler Dienst, inklusive Liebe und Vergebung, der goldene Schlüssel zum Tor der Gesundheit ist – Ihrer eigenen Gesundheit, der Gesundheit Ihrer Lieben und der Gesundheit des gesamten Universums.

Möge die Seele-Geist-Körper-Medizin Ihnen selbst und anderen Menschen zum Wohl gereichen.

Danke. Danke. Danke.

Einführung

Im Laufe der letzten Jahrzehnte wurden verschiedene Formen der Körper-Geist-Medizin populär und fanden im Laufe der Zeit immer breitere Akzeptanz. Dabei handelt es sich um Heilweisen, bei denen die Verbindung zwischen Körper und Geist eine große Rolle spielt und die sowohl die Auswirkungen unserer psychischen und emotionalen Zustände auf unser körperliches Wohlbefinden als auch die Macht der bewussten Absicht, der Entspannung, der Meditation, der Überzeugung, der Erwartung und die Macht des Geistes über die Materie, also über unsere körperliche Gesundheit, mit einbeziehen. Die Forschungsarbeiten über die Körper-Geist-Medizin vermehren sich explosionsartig. Ärzte und Krankenhäuser unterstützen und praktizieren vielfach sogar diese Ansätze, und die Krankenkassen übernehmen zunehmend die Kosten.

Als in westlicher wie auch in östlicher Medizin ausgebildeter Arzt halte ich die Körper-Geist-Medizin für einen Fortschritt, aber für ungenügend. Sie vernachlässigt den wichtigsten Faktor, die Seele. Die Seele verfügt über Bewusstsein, Intelligenz und Kreativität. Sie hat auch die Macht, zu heilen und wohltuend zu wirken. Und nicht nur Ihre eigene Seele (die Seele Ihres Körpers) hat diese Macht, sondern auch das Beseelte, das Ihren Systemen und Organen, bis hin zum Beseelten, das jeder einzelnen Zelle innewohnt – dies alles verfügt über die Macht, sich selbst zu heilen und Sie zu heilen. Wir können tatsächlich mit diesen »Seelen« unseres Körpers, unserer Systeme, Organe und Zellen kommunizieren und sie auffordern, sich selbst zu heilen.

Da die Seele-Geist-Körper-Medizin auf einem Verständnis der Kraft der Seele beruht, wird sie der Medizin des 21. Jahrhunderts ganz neue Möglichkeiten eröffnen. Sie betont die Überlegenheit der Seele über die Materie, in Ergänzung zur Überlegenheit des Geistes über die Materie. Seelenheilung ist der Schlüssel zur Seele-Geist-Körper-Medizin und ihres grundlegenden Prinzips: *Heile zuerst die Seele, dann wird die Heilung des Geistes und des Körpers folgen.*

Wenn wir lernen, uns durch die Kraft der Seele zu heilen, indem wir mit den Seelen unseres Körpers, unserer Systeme, Organe und Zellen kommunizieren und sie auffordern, sich zu heilen, können wir alle Buddhas, Heiligen, Heilungsendel, Aufgestiegenen Meister und das Göttliche, in welcher Form auch immer, direkt um Heilung und Segen bitten. Viele Menschen wissen, wie sie die spirituelle Welt im Gebet um Heilung bitten können, aber ihre Ergebnisse dabei sind sehr unterschiedlich. Das liegt daran, dass bestimmte spirituelle Prinzipien und Gesetze berücksichtigt werden müssen, um aus der spirituellen Welt die größtmögliche Heilung zu erfahren. In diesem Buch lehre ich das grundlegende Wissen darüber und zeige Ihnen, wie Sie es praktisch anwenden können.

Diese praxisbezogenen wertvollen Techniken sind die Essenz der Seele-Geist-Körper-Medizin. Viele davon wurden seit der Zeit des Gelben Kaisers vor fünftausend Jahren sorgfältig bewahrt und überliefert. Ihre Wirksamkeit wurde an Millionen von Chinesen bewiesen. In diesem Buch finden Sie Heilungs- und Vorbeugungsprogramme, um Ihre Gesundheit zu verbessern, Ihre Lebensqualität zu steigern und Ihre Lebenserwartung zu erhöhen.

Die Techniken der Seele-Geist-Körper-Medizin arbeiten an der Seele und an dem Bewusstsein der Körpersysteme, der Organe und Zellen. Diese Techniken beeinflussen direkt und unmittelbar die Materie in den Zellen und die Energie außerhalb der Zellen. Sie wirken auch auf den Emotionalkörper, um Ungleichgewichte wie Depressionen, Ängste, Ärger und Kummer zu heilen. Sie arbeiten ebenfalls am Mentalkörper und gleichen seine Ungleichgewichte, zum Beispiel Illusionen oder Verwirrung aus. Schließlich wirken sie auf den spirituellen Körper und zeigen Ihnen, wie Sie schlechtes Karma auflösen können.

Was die Ursachen von Krankheit betrifft, folgt dieses Buch einer einzigartigen Theorie, der Materie-Energie-Botschaften-Theorie. Dieser Theorie zufolge gibt es drei wesentliche Ursachen von Krankheit: Materielle Blockaden, Energie-Blockaden sowie spirituelle oder Botschaften-Blockaden. Materielle Blockaden finden innerhalb der Zelle statt, Energie-Blockaden zwischen den Zellen und spirituelle Blockaden im »Botschaften-Zentrum« oder Herzchakra. Sie beruhen

auf schlechtem Karma, der Gesamtsumme aller Fehler, die wir in diesem und in vergangenen Leben gemacht haben.

Die Heilweisen der Seele-Geist-Körper-Medizin sind wirksam, weil sie die Folgen spiritueller Blockaden oder Botschaften-Blockaden mit berücksichtigen. Materie und Energie sind Träger einer Botschaft. Die Botschaft ist Seele oder Spirit* und wirkt auf die Materie und Energie. Durch Heilungen der Seele-Geist-Körper-Medizin gleicht sich das Zusammenspiel der Materie innerhalb der Zellen und der Energie außerhalb der Zellen aus. So bietet die Seele oder die Botschaft Heilung an. Deswegen funktionieren Gebete als Heilmittel und deswegen ist die Überlegenheit der Seele über die Materie das Herzstück der Seele-Geist-Körper-Medizin.

Die wahre Macht hinter der Überlegenheit der Seele über die Materie sind bedingungslose Liebe, Vergebung und Hingabe. Das sind die goldenen Schlüssel der Heilung. *Liebe lässt alle Blockaden schmelzen. Vergebung schenkt Frieden. Jeder und alles ist ein universaler Diener.* Um Blockaden aufzulösen und Heilung zu erzeugen, wenden wir bedingungslose Liebe und Vergebung an, zusammen mit den Vier Kraft-Techniken (Körperkraft, Seelenkraft, Klangkraft und Geisteskraft). Diese Techniken sind nicht nur einfach, praktikabel, machtvoll und effektiv, sie sind auch leicht zu erlernen.

Ich möchte Ihnen in diesem Buch im Wesentlichen sieben Methoden zur Heilung vorstellen, die Sie bei sich selbst und anderen anwenden können:

1. *Die »Sag Hallo«-Heilung.* In dieser Technik setzen Sie die Kraft der Seele für die Heilung ein. Sie ist der Schlüssel zur Seele-Geist-Körper-Medizin und eine der einfachsten und nachhaltigsten Heilungstechniken, die Sie je lernen werden. Sie können diese Technik sowohl anwenden, um die inneren Seelen Ihres Körpers, Ihrer Organe und Zellen zur Heilung aufzufordern als auch, um äußere Seelen von heiligen Wesen oder Seelen aus der Natur um Hilfe zu bitten.

* Da der deutsche Begriff Geist sowohl die mentale als auch die spirituelle Ebene bezeichnen kann, verwenden wir hier um der Klarheit willen den englischen Begriff »Spirit« für den spirituellen Aspekt des Geistigen. Anm.d.Übers.

2. *Universale Meditation.* Die Universale Meditation ruft in allem die Heilkraft der Seele und des Geistes hervor, von den Strängen Ihrer DNS bis hin zu den Bahnen der Galaxien. Mit Hilfe der Universalen Meditation können Sie sich Bilder in Ihrem Bauch vorstellen, die Ihr Leben heilen, segnen und transformieren.
3. *Die goldenen Schlüssel der Heilung.* Liebe lässt alle Blockaden schmelzen. Vergebung schenkt Frieden. Dienende Hingabe ist der Sinn des Lebens. Nutzen Sie diese goldenen Schlüssel, um sich das Tor zu Gesundheit und Leben zu öffnen.
4. *Heilung-in-einer-Minute.* Die Heilung-in-einer-Minute ist eine schnelle und praktische Technik, um materielle, energetische und spirituelle Blockaden zu entfernen. Sie lässt sich überall und jederzeit anwenden, um sich Ihre Gesundheit zu erhalten.
5. *Die Vier Kraft-Techniken gegen verbreitete Leiden.* Die Vier Kraft-Techniken sind Körperkraft, Seelenkraft, Klangkraft und Geisteskraft. In diesem Buch werden Sie lernen, wie Sie diese Kräfte anwenden können, um damit über hundert verbreitete Beschwerden und Leiden zu heilen.
6. *Heilungs-Programme.* In diesem Buch finden Sie schrittweise dargelegte Anleitungen, um Ihre Gesundheit zu verbessern, falls Sie Ihre Energie ankurbeln, Gewicht abnehmen, Stress reduzieren, emotional ausgeglichener werden möchten oder sich von einer Krebserkrankung erholen wollen.
7. *Vorbeugungsprogramm.* Heilen ist wichtig, aber Vorbeugen ist noch wichtiger. Wie schon der Gelbe Kaiser vor über fünftausend Jahren sagte: Der beste Arzt ist nicht etwa einer, der Krankheiten heilt, sondern einer, der den Menschen zeigt, wie sie Krankheiten vermeiden können.

Dieses Buch vermittelt bewährte Praktiken, deren Anwendung weniger als eine halbe Stunde pro Tag beansprucht. Damit können Sie Ihre Gesundheit verbessern, Ihre Lebensqualität steigern und Ihre Lebenserwartung verlängern. Die Techniken sind einfach und leicht anwendbar. Sie können Sie schnell erlernen und sofort anwenden. Vielleicht spüren Sie schon nach einigen Anwendungen ein deutliches Ergebnis, vielleicht nach einigen Tagen oder nach einigen

Wochen. Ernsthafte, chronische oder lebensbedrohliche Erkrankungen können mehrere Wochen und Monate des Praktizierens erforderlich machen, bis Ihre Gesundheit wieder ganz hergestellt ist. Die Seele-Geist-Körper-Medizin hat schon das Leben vieler Menschen verändert. Sie ist wirksam.

Die Seele-Geist-Körper-Medizin ist ein bedingungsloser, universaler Diener. Sie ist ganz der Heilung gewidmet, Ihrer Heilung, der Heilung Ihrer Lieben und Ihrer Freunde, der Heilung der ganzen Menschheit. Sie ist dem Dienst an jeder Seele des Universums gewidmet. Sie enthält tiefgreifende Heiltechniken. Sie betont die bedingungslose Liebe und Vergebung, die goldenen Schlüssel der Heilung. Sie führt Sie dahin, zu erkennen, dass der Sinn des Lebens im Dienen liegt. Sie führt jede Seele zur Vollendung ihrer Bestimmung, zur Stärkung ihres spirituellen Standpunktes. Das letztendliche Ziel jeder Seele auf Mutter Erde und im ganzen Universum, besteht darin, sich zu vereinen und eine Harmonie zwischen dem Himmel, der Erde und den Menschen herzustellen.

Eine Heilung durch die Seele-Geist-Körper-Medizin beschränkt sich nicht nur auf die Menschen. Sie können diese Heilweisen genauso gut auf Ihre Haustiere und Pflanzen, auf Organisationen, Gesellschaften, Städte, Länder, auf Mutter Erde und andere Planeten, auf Galaxien und das ganze Universum anwenden. Die alten Philosophen sagten: »Der Mensch ist ein kleines Universum. Die ganze Natur ist ein großes Universum. Was in dem kleinen Universum geschieht, wird auch in dem großen Universum geschehen. Was in dem großen Universum geschieht, wird auch in dem kleinen Universum geschehen.« Die Seele-Geist-Körper-Medizin zeigt Ihnen, wie Sie sowohl das kleine Universum eines Menschen als auch das große Universum der gesamten Natur heilen können.

Ich bin bereit, jedem menschlichen Wesen auf Mutter Erde und jeder Seele im Universum bedingungslos zu dienen. Öffnen Sie Ihr Herz und Ihre Seele, dann können Sie meine Liebe und meinen Dienst empfangen. Es ist mir eine Ehre und eine Verpflichtung, Ihnen zu dienen.

*Ich liebe mein Herz und meine Seele.
Ich liebe die ganze Menschheit.
Lasst die Herzen und Seelen sich vereinen.
Liebe, Frieden und Harmonie.
Liebe Frieden und Harmonie.*

1

Konzepte der Seele-Geist-Körper-Medizin

In diesem Kapitel erkläre ich die Grundlagen der Seele-Geist-Körper-Medizin, ihre zentralen Theorien, ihren diagnostischen Ansatz und die Grundlagen der Heilung. Wenn Sie dieses Kapitel gelesen haben, werden Sie die zentralen Ursachen von Krankheiten und ihrer Heilung verstanden haben. In dem übrigen Buch finden Sie eine Menge Heiltechniken der Seele-Geist-Körper-Medizin, dazu konkrete Anweisungen bei bestimmten Krankheiten und Richtlinien für vorbeugende Maßnahmen.

Doch bevor wir uns den grundlegenden Theorien der Seele-Geist-Körper-Medizin zuwenden, wollen wir einen Blick auf die Konzepte werfen, auf denen die Theorien beruhen. Wir beginnen mit der Heilkraft der Seele und fahren dann mit der Beziehung zwischen dem physischen Leben und dem spirituellen Leben fort.

SEELENKRAFT

Der Körper und sein Immunsystem besitzen ein großes Heilungspotenzial. Wenn Sie sich in den Finger schneiden, heilt der Finger von selbst. Wenn Sie sich erkälten, erholen Sie sich in der Regel innerhalb von ein paar Tagen, mit oder ohne Behandlung. Selbst wenn Sie sich einen Knochen brechen, heilt der Bruch von selbst. Die Seele-Geist-Körper-Medizin nutzt die dem Körper innewohnende Heilkraft und erweitert dabei noch das Potenzial Ihres Körpers, indem sie sich ganz auf die Seele als die Meisterin des Heilens ausrichtet.

Die Seele verfügt über eine unglaubliche Heilkraft. Doch die

Seele Ihres Körpers ist nicht die einzige Seele, deren Kraft Sie nutzen können. Jedes Körpersystem hat eine Seele, ebenso wie jedes Organ, jede Zelle und jeder DNS-Strang.

Die wichtigste Behandlungsmethode der westlichen Medizin ist die Beeinflussung von Funktionen der Systeme, Organe und Zellen durch Medikamente. Die Traditionelle Chinesische Medizin verwendet vorwiegend Kräuter, Akupunktur und *Tui Na* (Chinesische Massage). Dem fügt die Seele-Geist-Körper-Medizin die Kraft der Seele hinzu. Um die Körpersysteme, Organe und Zellen durch die Kraft der Seele zu heilen, müssen Sie nur wissen, wie Sie zu Ihren vielen inneren Seelen Zugang finden können.

Neben den inneren Seelen Ihres Körpers gibt es noch unzählige »äußere« Seelen: Tiere, Meere, Berge, Bäume, Blumen, Gebäude, Mutter Erde, andere Planeten, die Sonne, der Mond, die Sterne, andere Galaxien – sie alle haben eine Seele. Alles hat eine Seele und alle diese äußeren Seelen verfügen ebenfalls über enorme Heilkräfte. Sie werden lernen, auch diese Kräfte zur Heilung Ihrer Seele, Ihres Geistes und Ihres Körpers einzusetzen.

Milliarden Menschen glauben an die spirituelle Welt. Dieser Glaube kann durch eine Religion oder ein anderes System von Überzeugungen zum Ausdruck kommen. Ich glaube an das Göttliche (den Schöpfer oder die Quelle) und dass das Göttliche als Schöpfer des Universums alle Religionen und Glaubenssysteme umfasst. All die Buddhas, Heiligen, Heilungsendel und erleuchteten Meister sind Teil des Göttlichen. Sie verfügen über unglaubliche Seelenheilungskräfte und bilden eine weitere unerschöpfliche Heilungsquelle des Universums. Wir können diese »äußeren« Seelen bitten, unsere Seelen, unseren Geist und unseren Körper zu heilen. Eine Form der Anwendung von Seelenkraft und Seelenheilung ist das Gebet, ob mit religiösem Kontext oder ohne. In diesem Buch erfahren Sie etwas über das Wesen des Gebets und warum es hilfreich ist. Sie erhalten auch praktische Anleitungen zum möglichst effektiven Beten. Durch das entsprechende Wissen und die entsprechende Weisheit können Sie lernen, die Kraft des Gebets zu verstärken und Heilungswunder des Göttlichen zu empfangen.

PHYSISCHES LEBEN UND SPIRITUELLES LEBEN

Das Universum lässt sich in Yin und Yang aufteilen. Das Yang-Universum ist die physische Welt, in der wir leben. Das Yin-Universum ist die spirituelle Welt, die aus all den Seelen im Universum besteht. Yin und Yang sind getrennt und doch verbunden.

Als menschliche Wesen leben wir in der physischen Welt. Wir führen unser Leben nach den Gesetzen dieser physischen Welt. Doch ob wir uns dessen bewusst sind oder nicht, unsere Seelen folgen den Gesetzen der spirituellen Welt. Unser physisches Leben ist also unzertrennlich mit unserem spirituellen Leben verbunden und umgekehrt. Dies wird immer deutlicher, wenn immer mehr Menschen bewusst oder unbewusst nach Seelenweisheit suchen, um zu erwachen und ihre spirituelle Reise zu erfüllen.

Alle Menschen und alle Dinge haben ein physisches Leben und ein spirituelles Leben. Eine Seele oder ein Geistwesen des Universums hat eine spirituelle Existenz, ein spirituelles Leben. Wenn eine Seele als menschliches Wesen wiederkehrt, hat sie ein physisches Leben. Genauso hat auch die Sonne ein physisches Leben und ein spirituelles Leben. Auch der Mond, die Planeten und die Sterne haben ihre eigenen physischen Leben und spirituellen Leben. Physische Leben und spirituelle Leben sind unterschiedlich und doch vereint. Sie dienen einander. Die meisten Menschen sind damit beschäftigt, zuerst ihr physisches Leben zu erfüllen. Im Gegensatz dazu lehrt die Seele-Geist-Körper-Medizin, zunächst Ihre spirituelle Lebensreise zu erfüllen, denn das wird der Erfüllung Ihrer physischen Lebensreise sehr zugute kommen.

Heile zuerst die Seele;

dann wird die Heilung des Geistes und des Körpers folgen.

Erfülle zuerst die Seele;

dann wird die Erfüllung des Geistes und des Körpers folgen.

ZENTRALE THEORIEN

Die zentralen Theorien der Seele-Geist-Körper-Medizin sind schlicht und elegant sowie leicht zu verstehen. Ihre Weisheit und ihre Anwendung haben jedoch große Tiefe.