

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Krankheitssymptome im Fluss des Lebens

Wie *Panta rhei*: Bringe dich wieder in den Fluss des Lebens.

Was ist der Fluss unseres Lebens? Wie bringen wir uns in den Fluss des Lebens?

Wir **denken**, wir müssen etwas tun, um in dem Fluss unseres Lebens zu schwimmen. Dieses denkende „ICH“ ist unser Ego. Schauen wir uns zum Beispiel ein 2-jähriges Kind an, wenn es spielt. Es ist in seinem Flow. Es ist in einer Leichtigkeit, in einer Glückseligkeit, im Frieden, voller Lebensfreude, voller Energie und es hat nichts dazu beigetragen – oder? Glückseligkeit heißt nicht, dass wir nicht traurig oder wütend oder andere Emotionen zeigen dürfen. Der Fluss des Lebens ist immer bei uns, nur der Denker holt uns daraus. Der Denker ist der, der denkt: „Ich muss etwas tun, um in diesen Fluss zu kommen. Genau das hindert uns manchmal sogar. Wenn die Suche aufhört, müssen wir auch nichts finden. Nur das Ego kann suchen und das Ego kann finden.“

Du bist wie ein Fluss: Wenn Blockaden oder körperliche Dysbalancen da sind, können unsere Energien nicht mehr frei fließen. Krankheit und andere unangenehme Situationen sind **keine** Zufälle. Sie sind das, was uns zu – fällt. Es sind Signale, die uns auffordern, unsere Lebenssituationen genau anzusehen und zu **erkennen**, dass jetzt etwas in die Entwicklung gebracht werden möchte und in uns entstehen möchte. Es zeigt sich von allein.

Es ist eine faszinierende Erkenntnis, dass wir selbst Krankheitssymptome heilen können, wenn wir ihre verborgene Bedeutung begreifen. Wir haben die Möglichkeit, das Krankheitssymptom zu erkennen und bewusst zu durchleben oder „**Opfer**“ unseres Schicksals“ zu sein und damit handlungsunfähig zu bleiben. Die Symptome mit Medikamenten zu bekämpfen, ist die herkömmliche Idee und wie uns die Wirklichkeit sehr deutlich beweist, keine Gute. Es ist nur eine Symptomentlastung. Die Chemie ist dabei die „brutale Keule“ und die Naturheilkunde ist die sanfte Methode. Die Signale erscheinen an einer anderen Stelle des Körpers erneut (Symptomverschiebung), solange, bis wir uns der Ursache annehmen.

Es wundern sich immer mehr Menschen, dass der Krankenstand, trotz technischen Fortschritts, so hoch ist, wie nie zuvor.

Der Mensch ist eine untrennbare Einheit. Krankheitssymptome sind ein Spiegel der inneren Konflikte. Das erste Lehrbuch der "Psychosomatischen Medizin" erschien bereits vor mehr als einem halben Jahrhundert.

Hier nun eine völlig andere Sicht auf Krankheitssymptome. Alle Symptome übermitteln uns Botschaften aus dem seelischen Bereich. Jedes Symptom zeigt uns an, wo in unserem seelischen Bereich etwas nicht stimmt. Ein Krankheitssymptom ist eine erzwungene Korrektur unseres Verhaltens, und sollte unbedingt als bedeutsam angenommen werden. Krankheit ist eine Krise, und jede Krise will und fordert Entwicklung. Je größer die Krise ist, desto größer sind die Möglichkeit der Entwicklung und die Gelegenheit. Die Krankheit will uns zu neuen, unbekanntem und ungelebten Ufern weiterführen, die wir noch nicht erreicht haben, weil „unsere Energie“ nicht mehr fließt.

Wenn wir erschrecken, werden wir blass. In bestimmten Situationen bekommen wir eine Gänsehaut. Wenn wir uns aufregen, bricht uns der Schweiß aus. In einer Schrecksekunde kann das Herz stillstehen. An solchen Beispielen, die sich täglich beobachten lassen und

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



etwas Besonderes darstellen, kann jeder Mensch feststellen, dass sich viele körperliche und seelische Vorgänge **gleichzeitig** vollziehen. Der Volksmund besitzt eine innere Weisheit und reflektiert die Zusammenhänge zwischen Gemütszuständen und körperlichen Reaktionen:

Einen kühlen Kopf bewahren. Nicht ganz klar im Kopf sein. Rosinen im Kopf haben. Auf der Nase herumtanzen. Die Nase voll haben. Die Laus, die über die Leber gelaufen ist.

Schauen wir genauer hin und fragen uns:

1. Folgt alles im Leben dem Zufallsprinzip oder gibt es Gesetzmäßigkeiten?
2. Bedeutet die Option des Zufallsprinzips, dass wir keinen Freiraum besitzen, unser Leben aktiv zu gestalten?
3. Gibt es eine unabhängig von uns existierende, überwachende Schöpferinstanz, der wir, als ihr Geschöpf, vollständig ausgeliefert sind?
4. Hängt unser menschliches Glück oder Unglück von den Vorstellungen dieser übergeordneten Instanz ab?
5. Haben wir keinen eigenen Spielraum zu unserer Lebensgestaltung?
6. Gibt es das Prinzip von Ursache und Wirkung?

Bei genauer Betrachtung erkennen wir schnell, dass die Schöpfung nach dem Prinzip von Ursache und Wirkung zu funktionieren scheint. Emotionen sind Wirkungen auf unsere Erfahrungen und auf unsere Denkweise, also ebenfalls Wirkungen einer Ursache. Der Volksmund besitzt innere Weisheit und reflektiert die Zusammenhänge zwischen Gemütszuständen und körperlichen Reaktionen: „Das, was wir säen, werden wir ernten!“

"Keine Ursache ohne Wirkung und keine Wirkung ohne Ursache" ist eine Erkenntnis aus der Physik und lässt die Schlussfolgerung zu:

Krankheiten sind kein Zufall, sondern haben spezielle Ursachen. Diese können weit zurückreichen, tieflegend sein und erst durch ein Verketteten von Ursache und Wirkung zu einem äußerlich in Erscheinung tretendem Krankheitssymptom werden.

Die Möglichkeit der Heilung liegt vor unseren Augen. Alles hat eine Ordnung, die erfüllt werden möchte. Unsere Aufgabe ist es, sie zu erkennen und sie in ihre Ordnung zu rücken. Wir sehen es auch, jedoch erkennen wir es nicht. Es ist wie bei jemandem der nicht lesen kann und in einem Buch nur krause Linien erkennt. Wenn er lesen könnte, hätte er die Informationen. Unser Körper macht es uns so einfach, wie möglich, indem er uns mit Symptomen etwas vor Augen führt. Wir können fragen:

1. Welche Art der Erkrankung erkennen wir?
2. Welchen Ort der Erkrankung erkennen wir?
3. Welchen Zeitpunkt der Erkrankung erkennen wir?

Oft ist die Ursache aktuell und liegt in den letzten 2-3 Tagen. Die Ursache ist wieder hochgekommen und sie bedrückt jemanden, gerade jetzt. Wir müssen jetzt also nicht in seiner Kindheit suchen, sondern das aktuelle Symptom wahrnehmen und die oben genannten Fragen stellen.

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Jedes Organ ist eine Projektionsfläche für bestimmte Probleme. Die Nieren sind zu zweit, also ein paariges Organ. Das heißt, sie sind „ein Partnerorgan“. Das bedeutet, wenn ich ein Nierenproblem habe, dann kann ich direkt auf das Thema „Partnerschaft“ schauen. Da ist etwas nicht in der Ordnung. Noch präziser in der Deutung: **Linke Niere?** Oder **Rechte Niere?**

Links, dann ist es ein **emotionales**, ein **inneres** Problem. **Rechts** ist ein **äußeres** Problem, also in der **Art des Umgangs miteinander**. So erkennt jemand, der Nierenprobleme hat:

„Okay, es betrifft also die Partnerschaft!“

Beispiel:

Es betrifft evtl. **rechts**, also ein **äußeres** Problem. Jemand **ärger** sich häufig über seinen Partner, weil der etwas Bestimmtes tut oder nicht tut. Wenn wir das genauer ansehen, fällt auf: Mein Partner hat mich **nicht** geärgert, der kann das nämlich nicht! Die Weisheit der Sprache sagt es uns: **„Ich habe mich geärgert!“** Ich habe ihn zum Anlass genommen, weil ich eine Vorstellung habe, wie er zu sein hat. Dahinter liegt ein Urteil: „So ist er gut, so möchte ich es haben und so soll er sein! Ich stülpe einfach mein Urteil über ihn, und wenn er so nicht ist, dann **„ärgere ich mich** über ihn“.

Allerdings hat mein Partner nichts damit zu tun, er ist so, wie er eben ist:

ICH HABE - MICH - GEÄRGERT!

Wenn ich das erkenne, werde ich nach der wirklichen Ursache meines Ärgers forschen. Ich erkenne, dass mein Ärger entweder eine alte, abgelehnte und verdrängte Energie ist, die ich in der Vergangenheit nicht fühlen wollte oder mein Ärger zeigt mir ein Bedürfnis auf, das erfüllt werden möchte. Hervorragend! Jetzt habe ich zwei Möglichkeiten, die mir zur Verfügung stehen, um die Situation zu verändern.

1. Ich kann diese Energie Ärger **jetzt** umwandeln: Mit einem effektiven Training des Fühlens, **ärgere ich mich** mit der Zeit dann immer weniger.
2. Ich kann erforschen, welches meiner Bedürfnisse jetzt erfüllt werden möchte. Dann darf ich eine Lösung anstreben, die mir dieses Bedürfnis erfüllt. Das kann manchmal sogar mit Handlungen und Aktionen einhergehen, die mir unangenehm sind oder vor denen ich Angst habe.

**Hast du jetzt Lust bekommen, deine unbefriedigenden Situationen zu wandeln?
Möchtest du jetzt wissen, wie das geht oder hast du weiterhin das Bedürfnis, dich zu ärgern?**

Ärger macht alles nur noch „ärger“. Wenn wir uns über etwas ärgern, ist es nicht weg. Es ist noch genauso da, wie vorher. So können wir uns direkt erneut ärgern. Also dürfen wir erkennen: Ärger bringt uns nicht weiter. Jetzt wirst du sagen:

„Das sehe ich alles ein, jedoch kommt der Ärger einfach von allein! Wenn mir etwas passiert, da muss ich mich doch ärgern!“

Nein, das müssen wir eben nicht. Wir können unseren Ärger fühlen und wir können uns weiterhin bewusst machen:

JETZT

...mit der Kraft der Gegenwart



sam kommunizieren

Cornelia Kopitzki



Ich bin der einzige Mensch, der **mich selbst ärgern** kann. Nur ich selbst habe Macht über mich. Ich kann alles zum Anlass nehmen, um mich zu ärgern. Jedoch kann ich mich ärgern oder ich kann es lassen. Ich kann den Ärger fühlend wahrnehmen und ihn anerkennen. Mit der gleichen Situation kann ich vernünftig und ärgerfrei umgehen, ohne im Außen zu manipulieren und den anderen „verändern“ zu wollen. Du erinnerst dich:

Jede Veränderung beginnt in uns selbst

Wenn wir in den Fluss des Lebens sind, schwimmen wir einfach, beobachten die Hindernisse, die uns begegnen ordnen sie, durchleben sie bewusst, lösen sie auf und schwimmen weiter.