

fantastische Strudel, in den du springen könntest, all das ist in deinen Sinnen.

Es war wieder einmal richtig gut.

Du beschließt nun, dich ein wenig auszuruhen und die nächste Flussfahrt gut zu planen, Freunde zu finden, die da mitmachen, damit du dann am Ende wieder herzlich über dich lachen kannst.

Und irgendwann wirst du wieder ein Boot besteigen.

## 8.

### ICH BIN DEIN SYMPTOM



*Man nennt mich Symptom.*

*Ich habe viele Namen: Knieschmerz, Pickel, Bauchschmerz, Rheuma, Asthma, Nasenpopel, Depression, Migräne, Hämorrhoiden und viele mehr.*

*Ich habe mich für den furchtbarsten Job gemeldet: Die A...karte.*

*Keiner versteht mich. Die glauben alle, ich will sie nerven, ausbremsen, ihnen wehtun, ihnen die*

*Luft nehmen. Das ist völliger Blödsinn.*

*Ich versuche nur, mit diesen Menschen in einer Sprache zu sprechen, die sie verstehen. Du wirst auch nicht mit einer Rose in der Hand und einem Flower-Power-T-Shirt zu den Barbaren gehen.*

*Aber trotzdem verstehen die meisten Menschen mich nicht. Sie hauen auf mich ein mit dem dicksten Hammer, den sie finden. »Shut up!« und »Halt die Schnauze!« muss ich mir dann immer anhören. Und dann setzen sie mich auf Drogen: Schlaftabletten, Psychopharmaka. Sie kleben mir den Mund mit Klebeband zu. Die Menschen sind da echt erfinderisch.*

*Dabei will ich nur ihr Bestes.*

*Stell dir vor, ich bin die Alarmsirene auf der Titanic, die vor einem Eisberg warnt, und alle beschwerten sich nur, dass ich sie beim Schlafen störe. Oder noch anders:*

*In einem Klassenraum ist ein Rohr gebrochen, und das Wasser steigt. Der Lehrer bekommt es nicht mit. Da steht ein Kind*

auf und schreit um Hilfe. Was macht der Lehrer? Er nimmt ein Gewehr und erschießt das Kind, weil er das Schreien nicht ertragen kann und es den Unterricht stört. Nun trauen sich die anderen Kinder nicht mehr, etwas zu sagen, und alle ertrinken, einschließlich des Lehrers.

Verstehst du mich jetzt?

Ich bin dieses Kind, welches den Mut hat, aufzustehen und zu schreien.

Du hältst mich für »DIE KRANKHEIT«. Blödsinn.

Weißt du, was DIE KRANKHEIT wirklich ist? Das bist du selbst und deine Art zu leben.

Schock. Du kannst jetzt ruhig etwas sauer sein. Ich komme mit deinen Lebensprozessen ganz gut klar. Das ist eh mein Job.

Der gute Teil der Nachricht ist, dass du es in der Hand hast, mich nicht mehr zu benötigen.

Wenn ich in dein Leben trete, empfehle ich dir, deine Wutreaktion kurz zu unterbrechen und dich zu fragen: »Was ist seine Botschaft an mich? Warum bekomme ich das jetzt? Was muss ich ändern, damit ich es nicht mehr brauche.«

Wenn du die Arbeit nur deinem Mr Mind überlässt, deinem Verstand, wirst du mit den Antworten nicht weiterkommen als in den letzten Jahren auch.

Wenn du jedoch dein Unbewusstes, dein Herz, fragst und dazu den Armlängentest nimmst, bekommst du ganz klare Antworten, die dir wirklich weiterhelfen.

Und wenn du dich in Balance hältst, kannst du viele meiner Besuche bei dir verkürzen oder überflüssig machen.

Mach mich endlich arbeitslos! Oder glaubst du immer noch, dass mir dieser Job Spaß macht?

Damit du meine Botschaften besser verstehen kannst, habe ich hier ein kleines Wörterbuch zur Übersetzung:

Symptom	Bedeutung/Botschaft
<b>Furze:</b>	Zu viel gegessen oder Unverträglichkeiten von Nahrungsmitteln.
<b>Magenschmerzen:</b>	Ich habe etwas nicht verdaut, Runtergeschlucktes, Wut. (Die Chinesen haben für Magenschmerzen unter anderem die Diagnose: Die übermächtige Leber – Wut – stranguliert die Mitte.)
<b>Pickel:</b>	Notreinigung, um Gifte loszuwerden.
<b>Schnupfen:</b>	Habe die Nase voll. Er reicht.
<b>Schwere Füße:</b>	Auf der Stelle stehen, Beweglichkeit verloren haben.
<b>Rückenschmerzen morgens:</b>	Ich schlafe an einer schlechten Stelle.
<b>Niesen:</b>	Energetische Reinigung.
<b>Kopfschmerz:</b>	Unter Druck stehen.
<b>Knieschmerz:</b>	Gehe ich in die richtige Richtung?
<b>Herzrhythmusstörungen:</b>	Den Rhythmus verloren haben.
<b>Mittelohrentzündung:</b>	Milcheiweißunverträglichkeit.
<b>Krebs:</b>	Ein Teil von mir will sterben.
<b>Depressionen:</b>	Ich lebe energiefressende Kompromisse.
<b>Herzschmerzen:</b>	Die Liebe ist schon lange tot, oder ich erlaube, dass jemand sich von meiner Herzenergie ernährt.

(Wenn du noch mehr zu Übersetzungen der Symptombotschaften erfahren möchtest, empfehle ich dir das Buch »Metamedizin – Jedes Symptom ist eine Botschaft« von Claudia Rainville.)



Nicht immer sind unsere Symptome auch Botschaften an uns. Circa 30 Prozent aller Krankheiten und Störungen tragen wir für andere Menschen. »Geteiltes Leid ist halbes Leid.« So lautet der tief in uns verankerte, blödsinnige Satz unserer Ahnen.

Aus falsch verstandener Liebe, Helfersyndrom oder durch Manipulation übernehmen wir Themen anderer Menschen. Dann ist die Botschaft des Symptoms an uns, uns endlich so viel wert zu sein, dass unser Wohlbefinden wichtiger ist als das unserer Mitmenschen. In der Heilarbeit lassen wir das für andere Getragene wieder los und vertrauen dem anderen, dass er oder sie es allein lösen kann. Nur so können diese Menschen etwas verändern und auch wachsen.

Eine Patientin kam mit Energiemangel (gelebte Kompromisse), Bluthochdruck (unter Druck stehen). Das Testen ergab, dass es nicht ihre Themen sind, sondern sie es für jemanden trägt. Darauf erzählte sie von einer Freundin, die Probleme hat mit der Mutter, den Geschwistern, dem Partner und der Arbeit.

»Sie tut mir leid, und ich würde alles tun, damit es ihr besser geht«, sagte meine Patientin darauf.

Ich habe ihr ihre Worte übersetzt: »Ich füge mir selbst ein Leid zu und bin bereit, sogar krank zu werden oder daran zu sterben, wenn es ihr dadurch besser geht.«

Nur helfen würde sie ihrer Freundin damit nicht. Denn diese darf ihr Leben verändern, um sich wieder besser zu fühlen. Wenn ihr Freundinnen den Druck abnehmen und sie sich dadurch besser fühlt, besteht nicht mehr die Notwendigkeit, ihr Leben aufzuräumen.

Wir brauchen alle einen bestimmten Druck oder eine bestimmte Menge Leid, um endlich vermeintliche Sicherheiten und Gewohnheiten loszulassen und unser Leben zu klären.



### Werde Privatdetektiv deiner Störungen

Schreibe nun in die nachfolgende Liste deine Symptome, Schmerzen, Krankheiten.

1. Teste nun Folgendes zu jedem Punkt deiner Liste aus:  
»Ist es mein Thema?«

**Antwort »Nein«:**

»Trage ich das Thema für jemand anderen?«

»Für wen?«

»Hilft es dem anderen, wenn ich es trage?«

»Darf ich es loslassen, und der andere klärt es allein?«

**Antwort »Ja«:**

2. Wann begann das Thema, das hinter dem Symptom steckt?

Teste aus, in welchem Lebensjahr, Monat ... die Ursache liegt.

Wenn du die Entstehungszeit des Themas kennst, kannst du es oft leicht einem Ereignis zuordnen.

3. Teste aus, welches Thema ursächlich dahintersteckt. Teste einfach verschiedene Fragen: Hat mein Symptom mit ... zu tun?  
Sagt der Körper »Ja«, Hände gleich lang, dann hat es damit zu tun.

4. Kann ich das Symptom, meinen Entwicklungshelfer, schon loslassen? Habe ich die Botschaft schon verstanden?

**Wenn »Nein« die Antwort ist, die Hände ungleich lang sind dabei, frage dich:**

»Wie lange brauche ich das Symptom noch?«

**Wenn »Ja“:**

Teste aus, was dir hilft, und behandle dich mit Farben, Kräutern, Ölen, Tees, Musik, der *Inner Wise*® Heilapotheke, Homöopathie ...

Symptom, Störungen, Krankheiten	Es ist mein Thema Ja/Nein	Ich trage das Thema für ...	Das Thema hat begonnen (Tag, Monat, Jahr)	Es hat zu tun mit ...	Ich kann es schon loslassen Ja/Nein	Heilmittel

Sei nicht enttäuscht, wenn dir das Testen gerade nicht so leichtfiel. Es ist wie Klavier spielen lernen. Irgendwann geht es von selbst. Und dieses Irgendwann ist bereits in den nächsten Tagen, wenn du regelmäßig übst und an den Kugelblick denkst.



Ich erzähle dir eine kleine Geschichte von Hannes:

Nach der Trennung seiner Eltern leben Hannes und seine Geschwister jeweils zwei Wochen bei der Mutter und zwei Wochen beim Vater. Da die beiden im gleichen Ort wohnen, ist das organisatorisch kein Problem. Dies ist eine wunderbare Lösung, auch wenn die antiquierten Ladys auf den Jugendämtern darüber die Hände über ihre Köpfe zusammenschlagen. (Es ist Zeit, diese Damen in die Altenpflege zu schicken.)

Mit so einer gleich verteilten Betreuung der Kinder können Mutter und Vater Werte vermitteln, die Kinder erziehen und ein Leben mit ihnen zusammen leben.

Im Winter sind die Kinder mit ihrer Mutter in den Skiurlaub gefahren. Hannes war 15 Jahre alt und hatte nach dem Urlaub Knieschmerzen und Gefühlsstörungen in den Füßen.

Das Ganze begann nach einer Auseinandersetzung mit seiner Mutter, die für Hannes so unerträglich war, dass er ein paar Tage verschwand. Er fühlte sich nicht verstanden, kontrolliert und konnte kein Vertrauen spüren.

Hannes hat dann einen Brief an seine Mutter geschrieben. Er schrieb sich alle Last von der Brust und konnte endlich ehrlich seine Gefühle ausdrücken.

In dem Moment, in dem der Brief im Briefkasten der Mutter steckte, waren die Knieschmerzen weg, und er fühlte seine Füße wieder.