

Erich Peck
Gesundheitspraktiker, Ernährungsberater,
Fastenleiter, Lebensmitteltechniker
Landestrainer – SH-Jugend

E-Mail: e.peck@t-online.de
Im holt 42 a
23812 Wahlstedt
Tel./Fax: 04554/5855

Wahlstedt, den 28.08.08

Gesundheit ganzheitlich:

**Was will mir meine Krankheit sagen?
- ODER –
Die Botschaft meines Körpers!**

Liebe Leserinnen und Leser:

Als Vorwort möchte ich euch heute die Lehren eines Mannes vorstellen, den Sie alle zumindest dem Namen nach kennen, und den man bevorzugt in den Kreisen der Schulmedizin als den Mitbegründer des Ärztestandes schlechthin benennt, und auf den auch der Hippokratische Eid geleistet wird.

Hippokrates

Unter anderem heißt es im Hippokratischen Eid:

***Die Verordnungen werde ich treffen zum Nutzen der Kranken nach meinem Vermögen und Urteil,
mich davon fernhalten, Verordnungen zu treffen zu verderblichen
Schaden und Unrecht, auch wenn es in guter Absicht zu helfen geschieht!***

„Feststellung nach Hippokrates“

***„Es hat allerdings den Anschein, als ob die Krankheiten wegen der Verschiedenheit ihres Sitzes in
gar keiner Beziehung übereinstimmten, und doch, wie ein einheitliches Wesen,
so gibt es auch eine einheitliche Ursache für alle Krankheiten.“***

***Die Krankheit selbst ist nicht nur ein Übel schlechthin, sondern die Abwehr und der Kampf des
Körpers gegen eine gestörte Lebensharmonie, und diese gilt es zu heilen“***

Diesen Teilauszug aus dem Hippokratischen Eid habe ich aufgeführt, um Ihnen darzustellen, wie er in der Praxis der Schulmedizin, wenn er denn überhaupt, tatsächlich Anwendung findet!

Überall beklagen sich die Menschen über ihre Krankheiten und verlangen nach sofortiger oder doch schneller Hilfe durch irgendein Zaubermittel (Medikamente, Auszüge aus Pflanzen oder der Chemie, Bestrahlung oder sonst irgend eine Behandlung), lehnen es aber gleichzeitig ab, das einzig Richtige zu tun, nämlich ihr Denken, Fühlen und Handeln zu verändern, weil das un bequem und anstrengend sein könnte. Sie glauben allen Ernstes ihre Pflicht erfüllt zu haben, sobald sie beim Arzt oder Heilpraktiker waren, und dieser bezahlt ist. ***(Bitte lieber Arzt - Heilpraktiker gib mir irgend etwas, damit ich weiterhin schlecht leben kann.*** Dies ist natürlich nur ein Teil der Wahrheit, denn die Menschen werden durch meist erlogene Heilversprechen und Werbung mit Halbwahrheiten von klein auf im Sinne derer, die mit der Unwissenheit und Unmündigkeit der Menschen astronomische Summen verdienen, konditioniert und nachhaltig beeinflusst!

Die meisten Ärzte, Heilpraktiker und Wissenschaftler, somit leider auch die meisten Menschen, glauben noch immer, dass eine **Krankheit** eine körperliche **Störung** ist, die nach einem geheimnisvollen Zuteilungs-Ritual durch Viren, Bakterien, Genetische Kodes oder anderen bösen unabwendbaren Schicksalsgestaltern ausgelöst wird, die den einen eben zufällig trifft und den anderen ebenso zufällig verschont.

Krankheit ist nach den universellen Gesetzen immer eine Wirkung auf eine oder mehrere Ursachen, die wir Selbst durch unser so Sein, durch unser so Fühlen, durch unser so Denken, durch unser so Glauben, verursacht haben. Jeder Krankheit geht eine Störung der Lebensharmonie voran. Krankheit wird durch unser Fehl-Verhalten gegenüber den Gesetzen des Lebens „notwendig“ gemacht und hat den ursächlichen Sinn, nämlich uns auf ein falsches Verhalten, eine falsche Lebensweise, ein nicht ausreichend befriedigtes Lebensbedürfnis aufmerksam zu machen und uns gleichzeitig zu einer Korrektur des falschen und damit disharmonischen Lebens zu veranlassen, und wenn es erforderlich ist, auch zu zwingen. Leider sind die meisten Menschen, bestärkt durch ein schädliches System der Ursachenverdrehung in unserem Gesundheits- und Lebenssystem nicht dazu bereit, sich mit den wirklichen Ursachen ihrer Erkrankung oder Störung auseinander zu setzen und zu verstehen. Darum kann uns die Krankheit, oder sehr viel öfter die Folgen der Krankheitsbekämpfung zerstören, ehe wir es verstanden haben, warum wir denn erkranken.

Wir sollten daher erkennen, dass wir zunächst in einem viel tieferen Sinn krank sind, bevor wir auf der körperlichen Ebene erkranken und es im Außen sichtbar wird. Das was wir Krankheit nennen, ist schon der Versuch des Organismus, die Harmonie im Körper-Geist- u. Seelen Verbund wieder herzustellen, also ein erster Schritt zur Heilung. Das was wir Krankheit nennen, ist daher auch nicht die eigentliche Krankheit, sondern es ist die Information der Krankheit im wahrsten Sinne des Wortes. Sie können die Botschaft des Körpers über Störung der Harmonie, als eine Mahnung betrachten, die Sie nicht auf die leichte Schulter nehmen sollten, sondern als eine Bringschuld dem gesamten Organismus gegenüber. Wenn ich jemanden etwas schulde, genügt es nicht, seine Mahnung zu beseitigen, um frei von der Schuld zu werden. Konsequenter weitergedacht bedeutet das, es reicht nicht das Symptom einer Erkrankung zu beseitigen, da dadurch die ursächliche Erkrankung ja gar nicht berührt wird und somit weiter bestehen bleibt, um an anderer Stelle in noch stärker oder unangenehmerer Art und Weise in Erscheinung tritt, da wir auf die erste Mahnung falsch oder gar nicht reagiert haben.

Krankheit ist daher nur ein äußerliches Zeichen für fehlende oder gestörte Harmonie zur Ganzheit, und solange wir die nicht erreicht haben, brauchen wir die Krankheit als Botschaft. Sie ist daher nicht unser Feind, sondern unser Partner und Freund, auf den wir hören sollten.

Wir versuchen immer „erfolgreicher“, die Informationen sprich Symptome über unser falsches Verhalten zu beseitigen, um danach genau so falsch weiterzumachen, und wir beklagen uns bitter, da immer neue „Krankheiten“ uns zwingen wollen, endlich das Richtige zu tun und das Falsche zu unterlassen.

Einem Menschen zu helfen heißt daher auch nicht, ihm zum alten Zustand wieder zu verhelfen, denn schließlich war er es ja gerade, der die Krankheit notwendig gemacht hat, sondern Heilung heißt, ihn zur Ganzheit zur Harmonie zu führen. Der beste Arzt und die besten Mittel können die Heilung nur begünstigen, wenn sie denn die richtigen sind. Was wirklich heilt, ist die Heilkraft der Natur, die sofort zu wirken beginnt, sobald das Hindernis in unserem Verhalten beseitigt ist. Eine wirkliche Heilung führt daher immer zu neuen Erkenntnissen und damit zu einer Erweiterung unseres Bewusstseins.

Wenn wir also wissen was für uns gut und richtig ist, und wir trotzdem verkehrtes essen, trinken, denken, glauben, fühlen und handeln, dann versuchen wir damit einen Mangel in unserem Bewusstsein auszugleichen. Nur funktioniert das nicht, und auf Dauer schon gar nicht. Der Fehler liegt daher im Bewusstsein und wird als Symptom auf den Körper projiziert. Früher als man den Zusammenhang zwischen Körper- Geist- u. Seele noch besser verstand, weil man der Intuition und den Vorgaben der Natur mehr folgte und glaubte, fragte man den Kranken: „Was fehlt Ihnen denn?“ Heute schaut man hauptsächlich auf das Symptom und fragt: „Was haben Sie denn?“

Deshalb ist es auch die falsche Frage, wenn jemand wissen will, ob ihm eine Behandlung, ein Mittel oder das Wissen um die Ursache seiner Erkrankung hilft, gesund zu werden. Die Antwort kann nur lauten, es kann ihm nur dann helfen, gesund zu werden, wenn er bereit ist, sein Bewusstsein zu ändern, die Ursachen seiner Erkrankung zu beseitigen.

Solange ideale Bedingungen für Gesundheit im Körper- Geist- u. Seelen Verbund vorherrschen, solange also Harmonie in seiner Ganzheit besteht, werden wir nicht krank. Erst wenn sich das Milieu ändert, beginnend durch schädliche Lebensweisen wie: Gestörter emotionaler Frieden, nicht befriedigte Lebensbedürfnisse, zuwenig gesunde Bewegung, mangelhafte Ausscheidung durch zu große Aufnahme an schädlichen Stoffen in der Nahrung, oder durch Mangel an Vitalkraft wegen Entkräftigung oder seelische Blockaden usw., haben die sogenannten Krankheitserreger eine Chance sich zu vermehren, und ihre für den Organismus zum Teil nachteilige Arbeit zu beginnen. Pilze zum Beispiel können nur in und auf einem sauren Milieu existieren und sich massenhaft zu vermehren, bis ihre Stoffwechselgifte den Organismus schädigen können. Darum ist es so wichtig, sich in der Hauptsache, von basenbildenden Lebensmitteln die noch nicht zerkocht, oder sonst wie nachteilig verändert wurden, zu ernähren.

Daraus können wir erkennen: ***Nicht die Saat ist entscheidend für das was letztlich aus dem Saatgut entsteht, sondern der Boden oder besser ausgedrückt das Milieu, was die Summe aller Bedingungen während der gesamten Lebenszeit im physischen wie im psychisch emotionalen Bereich beinhaltet, ist dafür entscheidend.***

Für das vorher genannte Beispiel bedeutet dies, erst wenn der Organismus übersäuert und verschmutzt ist, können sich schädliche oder Pilze überhaupt so stark vermehren, dass sie für den Organismus gefährlich werden können.

Das Saatgut bestimmt die Ausgangssituation, und in ihm sollte alles enthalten sein, damit gesundes Wachstum seinen Anfang nehmen kann. Der Funke des Lebens ist im Saatgut vollständig enthalten. Damit er sich auch richtig entfalten kann (damit ist unser wahres Selbstbewusstsein gemeint), gibt uns unser All-Bewusstsein immer wieder Zeichen, wenn wir die Gesetze des Lebens verletzt haben, um uns auf den für uns richtigen Weg zu führen. Nur sollten wir auch hinhören und die Zeichen richtig deuten wollen.

Nur etwa 30 % der körperlichen Beeinträchtigungen sind „Schicksalsbedingt“, das heißt, da wir Selbst die Gestalter unseres Schicksals sind, bestimmen wir auch selbst durch unser so Sein, was als Lektion für uns notwendig ist. Die restlichen 70 % verursachen wir aus Unwissenheit, Gedankenlosigkeit und Bequemlichkeit.

Dabei halten sich die meisten Menschen für gesund, solange sie bei sich keine gravierenden körperlichen Krankheitssymptome entdecken, und unsere Schulmedizin teilt zum größten Teil diese Ansicht, wenn sich die Testwerte im sogenannten normalen Bereich befinden. Was immer das bedeuten soll. Denn was ist schon „Normal“, wenn zur Definition von „Normal“ der Durchschnitt von Halbgesunden oder besser gesagt von Halbkranken ausgewertet und festgelegt wird. Also glauben Sie keiner Statistik die Sie nicht selbst gefälscht haben!

Doch ist es tatsächlich bereits ein Ausdruck beginnender Störung, wenn wir nervös und angespannt sind, wenn wir rauchen und Alkohol trinken, wenn wir uns falsch ernähren und zuwenig bewegen, wenn wir uns nicht mehr richtig am täglichen Leben erfreuen und unzufrieden sind oder sogar im Leben keinen Sinn mehr erkennen können und nur noch nach Gewohnheiten leben.

All dies zeigt uns dass wesentliche Lebensbedürfnisse nicht mehr ausreichend befriedigt werden, was über kurz oder lang zu einem körperlichen Symptom führt, und uns ermahnen soll, unsere Lebensbedürfnisse wieder ausreichend zu befriedigen, da dies sonst zu immer stärkeren Mahnungen führt die uns irgendwann zerstören werden. Besser ist es, den Mangel gleich erkennen zu wollen und zu beseitigen. Dabei liegt der Mangel in Wirklichkeit nie außen, sondern immer in uns, in unserer Einstellung zu den Dingen.

Menschen mit sogenannten „psychosomatischen“ Erkrankungen neigen dazu, gerade diese Mängel als Wahrnehmung zu ignorieren. Sie können oder wollen diese ersten ernststen Signale des Körpers nicht verstehen und zwingen aufgrund dieser Ignoranz den Organismus zu einer deutlicheren und meist auch schmerzhafteren Information über den bestehenden Mangel an unbefriedigten Lebensbedürfnissen.

In welchem Stadium sich eine Erkrankung auch befindet – immer steht dahinter auch oder zuallererst ein ungelöstes Problem, die Unfähigkeit oder Unwilligkeit, auf bestimmte Anforderungen des Lebens richtig zu reagieren. Jede Krankheit zeigt, dass wir uns nicht „lebensrichtig“ verhalten, dass unser Verhalten eine falsche Antwort auf das Leben ist..

Dazu gehört auch, dass wir bewusst darauf achten, was wir uns denn so zu Gemüte führen, und negative Eindrücke möglichst meiden, bzw. sofort bereinigen, bevor Auswirkungen geschehen.

Psychohygiene

Abendliche Rückschau halten – morgendliche Vorschau halten

Unerwünschtes mental umerleben

Denn unsere Zellen speichern die aus der Umwelt aufgenommenen, krankmachenden Einflüsse so lange, bis das Maß voll ist, bis die gesunde, lebenserhaltende Schwingung von der krankmachenden Schwingung der negativen Eindrücke übertönt wird. Jetzt ist der Boden bzw. das Milieu bereitet und die Krankheit bricht aus.

Krankheit ist also ein physischer Ausdruck einer geistig-seelischen Disharmonie, und die ist weder durch Pillen noch durch Spritzen oder Operationen zu beseitigen, sondern nur durch eine Änderung unseres Denkens.

Man kann sagen, der Mensch hat einen Vertrag mit der Natur. Solange er sich an die Gesetze der Natur und des Lebens hält, erfüllt auch die Natur ihren Teil. Wenn wir aber gegen den Vertrag fortlaufend und schwerwiegend verstoßen, stellt auch die Natur ihre Leistungen ein.

Denkt euch gesund.

Euer Richy Peck

Gesundheitspraktiker, Ernährungsberater