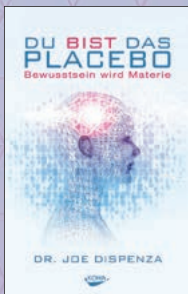


# Unser Denken hat Potenzial zur Selbstheilung



Dr. Joe Dispenza hat an der Life University von Atlanta (Georgia/USA) in Chiropraktik promoviert. Seine Studienschwerpunkte galten den Bereichen Biochemie, Neurologie und Gehirnfunktionen. Er hat etliche Aufsätze über die enge Beziehung zwischen der Chemie des Gehirns, Neurophysiologie und Biologie und über ihre Bedeutung für unsere Gesundheit verfasst. Im Koha-Verlag erschien von Joe Dispenza unter anderem »Ein neues Ich«.

## BUCHTIPP:



**JOE DISPENZA**  
**Du bist das Placebo**  
Bewusstsein wird Materie

Koha-Verlag  
400 Seiten, Hardcover  
21,95 €  
ISBN 978-3-86728-263-5

.....  
*Wunderheilungen durch Phänomene wie Gebete, Handauflegen, Fernheilungen sind nichts Neues, sondern in vielen Kulturen bekannt. Oft fehlt es ihnen allerdings an wissenschaftlicher Glaubwürdigkeit. Dasselbe gilt für den in der Medizin bekannten Placebo-Effekt. Wie kann es sein, dass Menschen, die eine Zuckerpille ohne wirksame Substanzen schlucken, von schweren Krankheiten genesen?*  
.....

**D**ie Antwort lautet: Es ist die Macht des Geistes, der Einfluss auf den Körper nimmt.

Diese Menschen reagieren auf einen ihnen zur Verfügung gestellten Katalysator des Heilens, weil sie daran glauben. Dieser Glaube funktioniert allerdings auch in umgekehrter Richtung, nämlich wenn die Überzeugung von der scheinbar negativen oder fehlenden Wirkung eines Arzneimittels die Gesundheit und das Wohlbefinden beeinträchtigt. Das ist der sogenannte Nocebo-Effekt. Wir sind von unseren Erwartungen, Überzeugungen und Wahrnehmungen geprägt. Sie bestimmen unser Leben.

## Gehirnforschung und Genetik

Gedanken können Gehirn und Körper verändern, und das ist wissenschaftlich belegbar. Selbst unsere Gene sind nicht unser Schicksal, sondern unterliegen Veränderungen. In seinem neuen Buch »Du bist das Placebo«, das im Koha-Verlag erschienen ist, widmet sich Joe Dispenza diesem faszinierenden Placebo-Effekt unter geschichtlichen, wissenschaftlichen und praktischen Aspekten und geht dabei unter anderem auch auf quantenphysikalische Zusammenhänge und neueste Erkenntnisse der Gehirnforschung und Genetik ein. Er zeigt an eindrucksvollen Fallbeispielen, wie Menschen

allein durch ihren Geist Einfluss auf ihre Krankheit und ihre äußere Wirklichkeit nahmen, indem sie ihre alten Überzeugungen und Wahrnehmungen von sich und ihrer Umwelt veränderten, was zu teilweise dramatischen Heilungen führte. Doch dazu ist nicht unbedingt ein Arzt vonnöten.

## Persönliche Transformation

Basierend auf den gewonnenen Erkenntnissen entwickelt Dispenza ein Modell persönlicher Transformation und gibt praktische Anleitungen an die Hand, die uns helfen können, unseren Geist zu nutzen, um unsere Heilung selbst in die Hand zu nehmen und uns freizumachen von unseren Erwartungen. So werden wir selbst zum Placebo. Entscheidend dabei ist: Der positive Geist muss mit einer positiven emotionalen Erfahrung des Körpers zusammenkommen, um unterbewusste Programmierungen auflösen und umschreiben zu können. Das ist der Schlüssel, der es uns ermöglicht, unser Potenzial der Selbstheilung zu verwirklichen. Wir können einen Schritt in eine neue Zukunft tun, anstatt immer wieder eine vorhersehbare Zukunft vorwegzunehmen, die auf den (negativen) Erfahrungen der Vergangenheit basiert und damit letztlich eine sich wiederholende Vergangenheit ist. So wird das scheinbar Unmögliche Wirklichkeit. *Maria Müller-de Haën*