

# Die Paradoxe des Heilens

aus dem Buch „Heilige Medizin“ von Dr. med. Lissa Rankin

Du kannst Dich sich selber heilen,  
**und** du kannst es nicht allein.

Die Schulmedizin kann Leben retten,  
**und** die konventionelle Medizin ist die dritthäufigste Todesursache in den Vereinigten Staaten.

Sei offen und neugierig,  
**und** sei nicht so aufgeschlossen, dass Du nicht mehr wirklich bei Verstand bist.

Sei klar in deiner Absicht zu heilen,  
**und** gib jegliche Erwartungshaltung in Bezug auf das Ergebnis auf.

Vertrau auf deine Intuition,  
orientiere Dich an wissenschaftlichen Fakten,  
**und** wende dein kritisches Denken und deinen gesunden Menschenverstand an.

Glaube an Magie und an Wunder,  
**und** verliere dich weder in magischem Denken noch darin, es zu leugnen.

Hole Dir deine Macht proaktiv zurück  
**und** schwimme mit dem Fluss des Lebens.

Deine Krankheit ist nicht deine Schuld,  
**und** dein Heilungsweg liegt in deiner Verantwortung.

Bleibe hoffnungsvoll,  
**und** bleibe realistisch.

Folge Deinem Herzen,  
**und** benutze deinen Kopf.

Lasse Dich sowohl von der Keimtheorie (Krankheiten werden durch Mikroorganismen übertragen)leiten als auch von der Geländetheorie (unsere innere Umgebung und ihre Elemente sind für die Krankheiten verantwortlich)

Bemühe Dich um Schmerzlinderung,  
**und** fühle deinen Schmerz.

Angst kann Krankheiten verursachen,  
**und** das Verdrängen oder Ignorieren der Angst kann uns in den Tod führen.

Wir sind nicht unser Körper, unsere Gefühle oder unsere Identität,  
**und** wir sind all das.

Deine Gedanken beeinflussen die Realität,  
**und** deine Gedanken können die Realität nicht kontrollieren.

Wir sind eins,  
**und** wir sind getrennt.

Greife so viel wie möglich auf Selbsthilfe zurück,  
**und** sei bereit, um Hilfe zu bitten und dich unterstützen zu lassen.

Uns mit dem Ego zu identifizieren, kann unser persönliches Wachstum einschränken und uns krank machen,  
**und** die einzige Möglichkeit, über das Ego hinaus zu wachsen, besteht darin,  
es nicht mehr zu verteufeln, sondern es zu lieben, zu heilen und zu integrieren.

Folge der spirituellen Führung,  
**und** sei Dir nie zu sicher, dass Du einen direkten Draht zu Gott hast.