

Dr. med., Dr. phil. David R. Hawkins

HEILUNG UND GENESUNG

LESEPROBE



**SHEEMA**

Dr. med., Dr. phil. David R. Hawkins

# Heilung und Genesung

A photograph of a branch with several green leaves, positioned on the right side of the cover. The leaves are vibrant green and have a clear vein structure. The background is a soft, light green gradient.

9783708900000

Dr. med., Dr. phil. David R. Hawkins

# HEILUNG UND GENESUNG

Healing and Recovery

Aus dem Amerikanischen übersetzt  
von Lars Basinski

**Titel der Originalausgabe:**

Healing and Recovery

© David R. Hawkins, MD, Ph.D, 2009

Veritas Publishing, P.O.box 3516, W.Sedona, AZ 86340, U.S.A.

Hardbound ISBN 978-0-9715007-8-5

**Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek**

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen

Nationalbibliothek; detaillierte Daten sind im Internet über

<http://dnb.ddb.de> abrufbar.

1. Auflage 2012 | 2. Auflage 2017

© 2012 | 2017 Sheema Medien Verlag,

Inh.: Cornelia Linder, Hirnsbergerstr. 52, D – 83093 Antwort

Tel.: +49 (0)8053 – 7992952, Fax: +49 (0)8053 – 7992953

<http://www.sheema-verlag.de>

ISBN 978-3-931560-24-9

**Übersetzung:** Lars Basinski

**Coverabbildung:** © Claudio Baldini, [www.fotolia.com](http://www.fotolia.com)

**Umschlaggestaltung:** Sheema Medien Verlag, Schmucker-digital

**Gesamtkonzeption:** Sheema Medien Verlag, Cornelia Linder, [www.sheema-verlag.de](http://www.sheema-verlag.de)

**Druck und Bindung:** FINIDR, s.r.o., Český Těšín

## **Allgemeine Hinweise**

Das gesamte Werk ist im Rahmen des Urheberrechts geschützt. Jede vom Verlag nicht genehmigte Verwertung ist unzulässig. Dies gilt auch für die Verbreitung durch Tonträger jeglicher Art, elektronische Medien, Internet, photomechanische, und digitalisierte Wiedergabe sowie durch Film, Funk, Fernsehen einschließlich auszugsweisem Nachdruck und Übersetzung. Anfragen für Genehmigungen im obigen Sinn sind zu richten an den Sheema Medien Verlag unter Angabe des gewünschten Materials, des vorgeschlagenen Mediums, gegebenenfalls der Anzahl der Kopien und des Zweckes, für den das Material gewünscht wird.

Dieses Buch dient keinem rechtlichen, medizinischen oder sonstigen berufsorientierten Zweck. Die hier gegebenen Informationen ersetzen keine fachspezifische Beratung oder Behandlung. Wer rechtlichen, medizinischen oder sonstigen speziellen Rat oder Hilfe sucht, sollte sich an einen geeigneten Spezialisten wenden. Eine qualifizierte Anwendung des in diesem Buch vorgestellten kinesiologicalen Testverfahrens erfordert eine persönliche Schulung und ist nicht allein durch Lektüre zu erlernen. Wer die Muskeltests, Übungen und Forschungsergebnisse des Autors anwendet, tut dies in eigener Verantwortung. Autor, Verlag und Übersetzer übernehmen keine Haftung für vermeintliche oder tatsächliche Schäden irgendeiner Art, die in Verbindung mit dem Gebrauch oder dem Vertrauen auf irgendwelche in diesem Buch enthaltenen Informationen auftreten könnten.

## **Hinweise zur vorliegenden Ausgabe**

Um der ungewöhnlichen Präzision des Ausdrucks von Dr. Hawkins gerecht zu werden, wurde das Buch so nah wie möglich am Original übersetzt.

Es gilt zu beachten, dass die meisten Passagen dieses Buches eine Zusammenstellung von Vorträgen von Dr. Hawkins sind, d. h. es handelt sich um gesprochenes Wort, das hier zu lesen ist.

*Healing and Recovery* wurde im Jahr 2009 veröffentlicht. Hinweise des Autors auf zeitliche Phänomene beziehen sich auf dieses Jahr.

# Widmung

*GEWIDMET DEM HÖCHSTEN GUTEN:*

*PHYSISCH, MENTAL UND SPIRITUELL*



# Inhaltsverzeichnis

Geleitwort .....	11
Vorwort .....	13
Einleitung.....	15
Karte der Skala des Bewusstseins.....	18
KAPITEL 1 Eine Karte des Bewusstseins .....	19
Tabelle: Der Zusammenhang der Bewusstseins- ebene mit sozialen Problemen.....	33
Diagramm: Funktion und Physiologie des Gehirns.....	44
KAPITEL 2 Heilung fördern .....	47
KAPITEL 3 Stress .....	79
KAPITEL 4 Heilung .....	109
KAPITEL 5 Spirituelle Erste Hilfe.....	141
KAPITEL 6 Sexualität.....	171
KAPITEL 7 Der Alterungsprozess .....	195
KAPITEL 8 Handhabung größerer Krisen .....	225
KAPITEL 9 Angst und Sorge .....	257
KAPITEL 10 Schmerz und Leid.....	293
KAPITEL 11 Abnehmen.....	325
KAPITEL 12 Depression .....	357
KAPITEL 13 Alkoholismus.....	387
KAPITEL 14 Krebs .....	417
KAPITEL 15 Tod und Sterben.....	443
ANHÄNGE	
Anhang A Karte der Skala des Bewusstseins.....	467
Anhang B Ermittlung der Messwerte von Bewusstseins- ebenen ...	469
Anhang C Literaturhinweise .....	481
Über den Autor.....	485

## Geleitwort

Dieses Buch ist die Niederschrift einer Serie beliebter Vorträge, die ursprünglich als Videoaufzeichnung präsentiert und nun überarbeitet und der Zweckdienlichkeit der schriftlichen Form angepasst wurde. Diese Vorträge entstanden in den 1980ern in Detroit, Michigan, aufgrund einer Anfrage des ursprünglichen Herausgebers von *Ein Kurs in Wundern* (The Foundation for Inner Peace) im Anschluss an einer gemeinsamen Sitzung von Mitgliedern verschiedener Selbsthilfegruppen. Dazu gehörten Gruppen der Anonymen Alkoholiker und des Kurses in Wundern (EKIW), Attitudinal Healing Zentren, eine Anzahl von Klinikern und weiteren Genesungsgruppen.

Obwohl die Vorträge der schriftlichen Form angepasst wurden, orientieren sie sich nah an den ursprünglichen Präsentationen und beinhalten sowohl Referenzen zu Entdeckungen in der Bewusstseinsforschung, als auch klinische und spirituelle Prinzipien. In diesem Buch finden sich gezielt Wiederholungen gewisser Grundinformationen, da jeder Vortrag in sich vollständig war. Ein Nutzen von Wiederholung ist, dass man mit dem Material ohne mentale Anstrengung und Einprägung vertraut wird und es absorbieren kann. An sich ist das Material simpel und die inhärenten Wahrheiten werden offensichtlich und einfach zu integrieren sein. Die Informationen, die hier bereitgestellt werden, sind von genereller Natur und beabsichtigen nicht den persönlichen medizinischen Rat des eigenen Therapeuten zu verdrängen oder zu ersetzen.

Wichtige Anmerkungen von Verlag und Übersetzer:

Bitte beachten Sie, dass es sich bei den Texten um Vorträge, d.h. gesprochenes Wort handelt. Wir haben uns bewusst dafür entschieden, die bisweilen etwas umgangssprachlichen Passagen nicht einem besseren Lesefluss anzupassen, sondern in ihrer Ursprünglichkeit und der typischen Wortwahl von Dr. Hawkins zu belassen.



## Vorwort

Information tendiert dazu, dass sie, besonders in der akademischen gegenüber der klinischen Wissenschaft und Praxis, abgeschottet wird (Hawkins, 2006, „Paradigmen-Blindheit“). Diese Bereiche werden wiederum von spirituellen Prinzipien und Wirklichkeiten getrennt, welche im Weiteren von der Tiefenpsychologie, Psychoanalyse und den Gruppendynamiken isoliert werden. Die Psychopharmakologie-Forschung schreitet in ihrer eigenen Entwicklung unabhängig von all dem oben genannten fort, wie auch die fortgeschrittene theoretische Physik und die Genese der nichtlinearen Dynamiken und der Chaostheorie. Jede Disziplin entwickelte sich innerhalb der Begrenzungen ihrer eigenen Parameter, da es bis zur Entwicklung der klinischen Wissenschaft der Bewusstseinsforschung keinen Kontext genügenden Ausmaßes gab, der alle Disziplinen umfassen konnte. Die Bewusstseinsforschung liefert nun einen gemeinsamen Kontext der Referenz und ein alles-einschließendes Wirklichkeitsparadigma durch die nun wohl bekannte „Karte der Skala des Bewusstseins“ (Hawkins, 1995, *Power vs. Force*).

Die traditionellen Wissenschaften sind auf die linearen Dimensionen und hauptsächlich auf die Newtonschen Auffassungen von Ursache und Wirkung beschränkt (charakteristisch für die Bewusstseins Ebenen der 400er. Siehe auf der Skala des Bewusstseins, Seite 18, Kapitel 1), wohingegen die auf Erfahrung beruhende Wirklichkeit nichtlinear und subjektiv ist (und von der Ebene 500 und höher ausgeht). Phänomene sind die Folge des Hervortretens der Potentialität als Tatsächlichkeit – ein Vorgang, bei dem der Inhalt dem Gesamtkontext unterstellt ist. Somit ist Heilung das Ergebnis von nicht nur klinischen Abläufen, sondern auch vom gesamten biologischen Potential, das sich häufig nicht ohne die unsichtbare Wirkmacht spiritueller Ausrichtung materialisiert. Die Chemie findet innerhalb der

vorhersagbaren Newtonschen Disziplin der wissenschaftlichen (linearer Inhalt) Annahme statt. Heilung wird jedoch besonders durch die unsichtbare Wirkmacht der spirituellen Dimensionen der Intentionalität von Bewusstsein selbst (nichtlinearer Kontext) unterstützt.

Die klinische Macht und der maßgebende Einfluss des spirituellen Kontextes wird überwältigenderweise durch Millionen von Genesungen medizinisch hoffnungsloser Krankheiten verdeutlicht, wie die weltweiten Mitgliedschaften glaubensbasierter Organisationen aufweisen, von denen die Anonymen Alkoholiker und Ein Kurs in Wundern (EKIW) Paradebeispiele sind. Da die Grundprinzipien glaubensbasierter Genesungen außerhalb des Weltbildes der Wirklichkeit der akademischen Wissenschaft stattfinden, wurde ihre Wichtigkeit nicht studiert und nicht verstanden, da die akademische Wissenschaft sich nur mit dem Inhalt und nicht mit dem Kontext befasst. Das Auftauchen der Heisenbergschen Unschärferelation gewährte schlussendlich der Bestätigung der Wirklichkeit und des Einflusses der Wirkmacht von Bewusstsein selbst Seriosität. Zur Katalysierung des Potentials hin zur Tatsächlichkeit wurde die Wirkmacht der Intention somit als ein wichtiger kritischer Faktor anerkannt (siehe Stapp's *Mindful Universe* bezüglich der Wechselwirkung von Quantentheorie, Bewusstsein und Intention).

## Einleitung

Die Vorträge über Heilung und Genesung repräsentieren die Integration und Konkordanz von Erfahrungen und Informationen aus mehreren Bereichen, einschließlich der mehr als fünfzig Jahre währenden klinischen Praxis, die diverse Bereiche der Heilung wie holistische Ansätze, Psychiatrie, Psychologie, Psychoanalyse, Psychopharmakologie, Medizin und die Anwendung spiritueller Prinzipien als auch Konzepte und Entdeckungen aus der neu entstandenen klinischen Wissenschaft der Bewusstseinsforschung umspannte.

Die Entwicklung der Bewusstseinsforschung wurde in zahlreichen Vorträgen wiedergegeben (Hawkins, 2002-2012), als auch in einer Serie von Büchern: *Qualitative and Quantitative Analysis and Calibration of the Levels of Human Consciousness* (Bell and Howell, 1995; Veritas Publishing, 1995); *Die Ebenen des Bewusstseins* (VAK Verlag, 1997); *Das All-sehende Auge* (Sheema Medien Verlag, 2005); *Licht des Alls* (Sheema, 2006); *Truth vs. Falsehood* (Axial Publishing, 2005); *Erleuchtung ist möglich* (Sheema, 2008); *Hingabe an Gott* (Sheema, 2009); und *Spirituelle Essenz und weltlicher Schein* (Sheema, 2012). Eine Sammlung an Vortragsdias und ein umfassender Index aller Kalibrierungen sind in der Vorbereitung.

All die oben genannten Quellen stellen detaillierte Beschreibungen als auch Erklärungen von Theorien bereit, zusammen mit der Anwendung einer simplen, kalibrierten Skala der Bewusstseins- und Wahrheitsebenen, veranschaulicht durch die KARTE DES BEWUSSTSEINS auf Seite 18. Die leiderfüllten Bereiche kalibrieren unterhalb der Ebene 200 und die fortschreitenden Ebenen von Wahrheit befinden sich oberhalb von BW (= Bewusstseinswert) 200. Wissenschaft befindet sich in den 400ern; spirituelle Realitäten beginnen ab der Ebene 500 (LIEBE) und steigen hoch auf BW 540 (BEDINGUNGSLOSE LIEBE, FREUDE) bis zu BW 570 (heiligmäßig) und weiter auf den Ebenen bis

zu den Stufen der Durchlichtung und schlussendlich zu denen der ERLEUCHTUNG.

Die Bereiche unterhalb der Ebene 200 verstärken Krankheit; solche oberhalb der Ebene 200 unterstützen die Heilung, einschließlich die medizinische Wissenschaft, welche in den 400ern kalibriert. Die spirituelle Wirkmacht der Bewusstseins Ebenen der 500er unterstützen zudem Genesungen, die sonst nicht möglich wären.

Alle Krankheiten sind physisch, mental und spirituell, und die höchsten Ebenen der Heilung folgen daraus, dass alle drei Ebenen angesprochen werden und man sie dabei als gleichwertig wichtig betrachtet. Die spirituelle Absicht/Intention und Kontextualisierung erhöhen den Prozentsatz positiver Reaktionen auf eine streng medizinische Behandlung. Aufgrund der evolutionären Bauart sind der menschlichen Verfassung allerdings Begrenzungen angeboren, von denen manche überschritten werden können und manche nicht. Deshalb bedarf es der Notwendigkeit, dass Hoffnung und Glauben davon begleitet werden, sich einem HÖHEREN WILLEN zu ergeben und diesen zu akzeptieren. Wie unsere Forschung bestätigt hat, kann Leben nicht zerstört werden; es kann lediglich seinen Ausdruck von der begrenzten physischen linearen Realität zur unbegrenzten nichtlinearen spirituellen Wirklichkeit ändern.

## Eine Karte des Bewusstseins

In diesem Kapitel wollen wir das Konzept vorstellen, wie man eine Bewusstseinsmethode für eine Vielzahl der Menschheitsprobleme nutzbar macht, wie beispielsweise bei Stress, Alkoholismus, verschiedenen Krankheiten, Depression, Furcht und bei bedeutenden Verlusten, um nur einige zu nennen. Während diese Herausforderungen besprochen werden, werden wir uns wiederholt auf die KARTE DES BEWUSSTSEINS beziehen. Auf sie wird deshalb häufig verwiesen, um die Beziehung zwischen Körper, Verstand [mind] und Geist [spirit] zu erläutern, welche hinsichtlich der Selbstheilung von großer Wichtigkeit ist.

Um den Wert der KARTE DES BEWUSSTSEINS selbst, ohne Bezug auf ein bestimmtes Problem, zu verstehen, werden wir ihre Auswirkungen und die Nützlichkeit in ihrer Anwendung auf alle menschlichen Probleme beschreiben. Die Bewusstseinskarte ist ein exponentielles Modell (Logarithmus zur Basis 10), das sich in Jahrzehnte langer Nachforschung aus einer Vielzahl von Fachrichtungen zusammensetzt. Sie dokumentiert zum ersten Mal, dass solche Energiefelder jemals kalibriert wurden.

Wenn wir uns auf das Bewusstsein beziehen, dann beschreiben wir solche Energiefelder. Auf der KARTE zeigen sich allgemeine Bewusstseinsfelder, die kalibriert wurden hinsichtlich der Wirkmacht des Feldes und seiner Richtung, so, wie die Pfeile es andeuten. Die Felder unterhalb der Ebene von MUT bei BW 200 führen abwärts, und solche oberhalb dieser Ebene führen aufwärts. Die Richtung der Energiefelder ist von Bedeutung. Die Felder, die in eine negative

Richtung weisen, unterstützen nicht das Leben – man könnte sie als ‚Anti-Leben‘ bezeichnen. Solche, die sich in die positive Richtung von Wahrheit bewegen, unterstützen und nähren das Leben. Je weiter oben auf der KARTE, desto näher kommen wir der Wahrheit und sehen, dass die Energiefelder viel wirkmächtiger werden, während ihre numerischen Kalibrierungen ansteigen.

Die Kalibrierung der Felder beginnt bei BW 0, und was die Welt ERLEUCHTUNG nennt, kalibriert von BW 600 an bis hin zu BW 1000. ERLEUCHTUNG bedeutet, dass die Dualität und die Identifikation mit dem kleinen, persönlichen Selbst überwunden wurden. Die Ebenen auf der KARTE sind das, was die Menschen generell meinen, wenn sie ‚ich‘ sagen. Die Ebenen repräsentieren das Ego, welches das ‚kleine‘ Selbst ist, im Gegensatz zu dem SELBST, das sich an der Spitze der KARTE befindet.

Auf der rechten Seite der Liste der Energiefelder findet man die zu jeder spezifischen Ebene assoziierte Emotion. Noch weiter rechts findet man den Prozess, der im Bewusstsein vor sich geht. Die linke Seite der KARTE zeigt die Sicht, die man auf jeder Bewusstseinsstufe von GOTT und vom Leben hat.

( ... )

## Karte der Skala des Bewusstseins

Gottesverständnis	Lebensauffassung	Ebene	BW	Emotion	Prozess
SELBST	Ist	<b>Erleuchtung</b>	↑ 700 - 1000	Unbeschreiblich	Reines Bewusstsein
All-Seiend	Vollkommen	<b>Frieden</b>	↑ 600	Glückseligkeit	Durchlichtung
Eins	Vollständig	<b>Freude</b>	↑ 540	Heitere Gelassenheit	Umgestaltung, Verklärung
Liebend	Gütig	<b>Liebe</b>	↑ 500	Verehrung	Offenbarung
Weise	Bedeutsam	<b>Vernunft</b>	↑ 400	Verständnis	Abstraktion
Barmherzig	Harmonisch	<b>Akzeptanz</b>	↑ 350	Versöhnlichkeit	Transzendenz
Inspirierend	Hoffnungsfroh	<b>Bereitwilligkeit</b>	↑ 310	Optimismus	Intention
Befähigend	Zufriedenstellend	<b>Neutralität</b>	↑ 250	Vertrauen	Befreiung
Erlaubend	Machbar	<b>Mut</b>	↓ 200	Bejahung	Ermächtigung
<b>Ebenen der Wahrheit</b>					
<b>Ebenen der Unwahrheit</b>					
Gleichgültig	Fordernd	<b>Stolz</b>	↓ 175	Verachtung	Aufblähung, Überhöhung
Rachsüchtig	Feindlich	<b>Wut, Ärger</b>	↓ 150	Hass	Aggression
Abweisend	Enttäuschend	<b>Verlangen</b>	↓ 125	Begierde, heftiges Verlangen	Versklavung
Strafend	Beängstigend	<b>Angst</b>	↓ 100	Befürchtung, Besorgnis	Rückzug
Vernachlässigend	Tragisch	<b>Trauer</b>	↓ 75	Bedauern	Verzagtheit, Mutlosigkeit
Verdammend	Hoffnungslos	<b>Apathie, Hass</b>	↓ 50	Verzweiflung	Verzicht, Aufgabe
Nachtragend	Böse	<b>Schuld</b>	↓ 30	Beschuldigung	Zerstörung
Verachtend	Hassenswert	<b>Scham</b>	↓ 20	Erniedrigung	Ausmerzung

## Heilung fördern

Im vorangegangenen Kapitel haben wir die Nutzung des Wissens erkundet, das aus dem Studium der Natur des Bewusstseins selbst und seinen Anwendungen auf die Probleme der Menschen, besonders in den Bereichen des Leidens, hervorgeht. In diesem Kapitel erkunden wir den Ursprung von Krankheit und dem Loslassen davon.

An dieser Stelle wird es nicht um Philosophien oder Theorien gehen; stattdessen kümmert uns hier das, was in unseren eigenen persönlichen Erfahrungen klinisch verifiziert werden kann, also das, was wahr ist, weil wir es in uns selbst bestätigen können. Dies ist die Grundlage klinischer Wissenschaft: Die Fähigkeit, wiederholt eine Beobachtung in unserer eigenen persönlichen Erfahrung zu reproduzieren und zu verifizieren und sie auf unsere individuellen Probleme anzuwenden und zu beobachten, ob es funktioniert. Im Grunde drücken wir dadurch einen empirischen Pragmatismus aus. Wir werden nur von dem überzeugt sein, was wir durch unsere eigene Erfahrung als wahr beweisen können.

Wichtig ist es, noch einmal die Beziehung zwischen Körper, Verstand und Geist zu erkunden. Dies ist ein sehr nützliches Model, das auf Erfahrung beruhend wirklich ist. Was ist die Natur des Geistes? Ist er nur ein Konzept, eine metaphysische Extraktion, eine philosophische Position, oder ist der Geist eine bestätigbare Realität? Was ist die genaue Natur von Körper, Verstand und Geist?

Um Heilung zu begünstigen, ist es von essentiellen Wert, die Beziehung zwischen Körper, Verstand und Geist zu verstehen. Dabei ist es wichtig zu wissen, dass der Körper nicht die Fähigkeit dazu



hat, sich selbst zu erfahren; der Körper an sich ist empfindungslos. Ein Arm kann sein Arm-Dasein nicht erleben, noch kann ein Bein sich selbst erfahren. Stattdessen erfahren wir die Empfindungen des Körpers und wo der Körper sich im Raum befindet. Empfindungen haben interessanterweise ebenfalls nicht die Kapazität sich selbst zu erfahren. Sie müssen in etwas Größerem als sie es selbst sind, erfahren werden, welches der Verstand ist. Das Erleben der Empfindungen und was sie über den Körper berichten, wird tatsächlich innerhalb des Verstandes erfahren.

So überraschend es auch scheinen mag, der Verstand/das Gemüt kann sich ebenfalls nicht erfahren. Ein Gedanke kann nicht sein eigenes Gedankesein [thoughtness] erfahren; ein Gefühl kann nicht sein eigenes Gefühlsein [feelingness] erleben; Erinnerungen können ihr eigenes Erinnerungsein [memoryness] nicht erfahren. Sie alle müssen in etwas Größerem als dem Verstand erfahren werden. Das dahinterstehende Prinzip ist, dass jedes Ding von einem Energiefeld erfahren wird, welches weniger begrenzt und beschränkt ist; jedes Energiefeld wird immer in etwas erfahren, das größer ist. Somit wird der Verstand aufgrund des Energiefeldes von Bewusstsein selbst erfahren. Bewusstsein ist formlos, unendlich und analog einer Filmleinwand, auf der wir die Bewegung des Films erleben. Es liegt am Bewusstsein, dass wir das registrieren, was im Verstand vor sich geht. Dieses Verständnis ist die Grundlage der Funktion eines Betäubungsmittels, insofern als dass wir weder Verstand noch Körper erfahren, wenn wir das Bewusstsein entfernen.

Bewusstsein selbst wird in einem unendlichen Energiefeld, genannt Gewährsein, erlebt. Aufgrund von Gewährsein wissen wir, was im Bewusstsein vor sich geht. Aufgrund von Bewusstsein wissen wir, was im Verstand geschieht. Aufgrund vom Verstand wissen wir, was die Sinne uns über den Körper berichten. Somit können wir erkennen, dass das, was wir wirklich sind, um einige Ebenen vom Körper entfernt ist, was somit klar macht, dass wir nicht der Körper sind.

Wir sind das, was sich innerhalb des unendlichen Bewusstseinsfeldes gewahr ist. Dies zu erkennen ist von großer Wichtigkeit, und in der Meditation ist es relativ einfach, die Wahrheit zu realisieren, dass man das ist, was sich über all die Ebenen der Realität gewahr ist.

Wir werden uns im Besonderen auf die eigentlichen Techniken, die Heilung unterstützen, konzentrieren, einschließlich wie diese Techniken entstehen und wie man sie anwendet. Ebenso werden wir uns intensiv mit den Grundprinzipien beschäftigen, wie beispielsweise mit dem Prinzip, weshalb die Quelle von Krankheit häufig unbewusste Schuld ist, zusammen mit einem spezifischen Glaubenssystem, das sich durch unterdrückte Emotionen verstärkt. Ich werde beschreiben, wie ich diese Techniken und dieses spezielle Verständnis genutzt habe, um bei mir zwanzig chronische, hartnäckige Erkrankungen zu heilen, die überhaupt nicht auf medizinische Behandlungen ansprechen.

Mit einer Schritt-für-Schritt-Herangehensweise werden wir sehen, wie Erkrankungen auch durch Programmierungen durch das kollektive Bewusstsein entstehen und wie es dazu aufgrund von Glaubenssystemen kommt. Ebenso werden wir besprechen, wie man solche Programmierungen nicht mehr übernimmt. Auch werden wir lernen, dass man innerhalb der Parameter seines karmischen Erbes von Erkrankungen genesen kann. Es gibt keine Rangordnung der Schwierigkeit, ganz gleich wie schwer eine Krankheit sich auch anhören mag. Zudem werden wir uns aneignen, wie wir den Selbstheiler, der in uns allen ist, energetisieren, und wir werden uns das Phänomen der multiplen Persönlichkeiten anschauen, welche die Wahrheit vieler der folgenden Informationen veranschaulicht.

Wissenschaft und Psychiatrie studieren die klinische Verfassung multipler Persönlichkeiten mit steigendem Interesse, da diese so viele verschiedene Phänomene erklärt. In diesem Befinden drücken sich mehr als eine Persönlichkeit durch den Körper aus. Klinisch betrachtet kann eine Persönlichkeit verschiedene Erkrankungen haben, wie etwa Asthma, Allergien, Gicht und vieles mehr, doch wenn diese

Persönlichkeit verschwindet und eine andere Persönlichkeit hervortritt, kann es gut sein, dass diese andere Persönlichkeit keinerlei Erkrankungen aufweist. Diese Persönlichkeit sagt: „Ich glaube nicht an solche Dinge. Ich bin diesen Erkrankungen nicht unterworfen.“ Daraus resultierend, werden wir uns die Wirkmacht des Verstandes über den Körper anschauen.

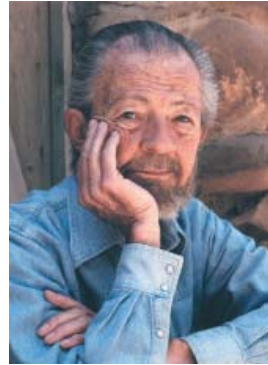
Ein Grundprinzip der Genesung ist, dass wir dem unterworfen sind, woran wir gedanklich festhalten, was uns allerdings nicht bewusst (außerhalb unseres Gewahrseins) sein kann. Wir werden auf die Karte des Bewusstseins Bezug nehmen, um diesen Punkt verständlich zu machen. Hilfreich ist, sich daran zu erinnern, dass die Richtung der Energiefelder [Anm. d. Ü: auf der Bewusstseinskarte findet man Pfeile, die nach oben oder nach unten weisen] darauf hindeuten, ob es sich um ein negatives Feld mit destruktivem Einfluss oder um ein positives Feld handelt. Dies zu wissen, versetzt uns in die Lage, zuversichtlich zu sein, dass wir von einem Energiefeld aus operieren, das angemessen, bestätigbar und nachvollziehbar ist.

In diesem Kapitel teile ich auch meine persönlichen Erfahrungen, um die Grundwahrheiten, die hier präsentiert werden, zu veranschaulichen. Intuitiv weißt du diese Dinge bereits, doch indem du sie dir bewusst machst, kannst du sie als therapeutische Werkzeuge einsetzen, beispielsweise, um vorzubeugen, nicht durch ein negatives Glaubenssystem programmiert zu werden oder nicht an ein negatives Gedankensystem zu glauben. Der Verstand ist so wirkmächtig, dass das, was er glaubt, die Tendenz hat, sich zu manifestieren.

( ... )

## Über den Autor Biografische und autobiografische Hinweise

Dr. med., Dr. phil. David R. Hawkins ist ein international bekannter Lehrer, Autor und Referent auf dem Gebiet spiritueller fortgeschrittener Bewusstseinszustände, der Bewusstwerdung und Vergegenwärtigung der AN-WESENHEIT GOTTES als das SELBST.



Seine veröffentlichten Werke sowie auch die Mitschnitte seiner Seminare sind weithin als einzigartig anerkannt, insofern als ein sehr fortgeschrittener Zustand spirituellen Gewahrseins in einem Menschen mit wissenschaftlichem und klinischem Hintergrund aufgetreten ist, der im Nachhinein in der Lage war, das ungewöhnliche Phänomen klar und verständlich zu beschreiben. Der Übergang vom gewöhnlichen Egozustand des Verstands/Gemüts zu dessen Auslöschung durch die AN-WESENHEIT wird in der Trilogie *Die Ebenen des Bewusstseins* (1995/1997), das sogar von Mutter Teresa eine Widmung erhielt, *Das All-sehende Auge* (2001/2005) und *Licht des Alls* (2003/2006) beschrieben. *Truth vs. Falsehood: How to Tell the Difference* (2005), *Erleuchtung ist möglich* (2006/2007), *Hingabe an Gott. Der mystische Weg aus der Dualität* (2007/2009) und *Spirituelle Essenz und weltlicher Schein* (2008/2012) setzen die Erforschung der Ausdrucksformen des Egos und dessen innewohnenden Beschränkungen fort und erklären, wie man diese überschreitet.

Der Trilogie ging eine Untersuchung über das Wesen des Bewusstseins voraus, die als Doktorarbeit unter dem Titel *Qualitative and Quantitative Analysis and Calibration of the Levels of Human Consciousness* (1995) veröffentlicht wurde. Darin wurden die scheinbar unvereinbaren Bereiche von Wissenschaft und Spiritualität mit-

einander in Wechselbeziehung gebracht. Dies wurde durch die bedeutsame Entdeckung einer Methode ermöglicht, die erstmals in der Menschheitsgeschichte ein Mittel zur Unterscheidung von Wahrheit und Unwahrheit vorstellte.

Der Tragweite des Erstwerks wurde Anerkennung zuteil durch eine sehr aussichtsvolle und gründliche Buchbesprechung im *Brain/Mind Bulletin* sowie bei später erfolgten Präsentationen, wie etwa auf der Internationalen Konferenz für Wissenschaft und Bewusstsein. Vor verschiedenen Organisationen, einschließlich des Forums der Oxford Union in England, vor spirituellen Konferenzteilnehmern, kirchlichen Gruppen, Mönchen und Nonnen wurden zahlreiche Vorträge sowohl im Inland als auch im Ausland gehalten. Im Fernen Osten hat Dr. Hawkins den Titel „Lehrer des Wegs zur Erleuchtung“ („Tae Ryoung Sun Kak Dosa“) verliehen bekommen.

Infolge seiner Feststellung, dass ein Großteil der spirituellen Wahrheit über die Jahrhunderte hinweg aufgrund von unzureichender Sinndeutung missverstanden wurde, hat Dr. Hawkins in monatlichen Tagesseminaren detaillierte Erklärungen vermittelt, die zu umfangreich sind, um sie in Buchform niederzuschreiben. Es werden Seminarmitschnitte angeboten, die jeweils mit einem Fragen- und Antworten-Segment enden, die zusätzlichen Aufschluss bieten.

Das umspannende Muster dieses Lebenswerks besteht darin, die menschliche Erfahrung hinsichtlich der Bewusstseinsentwicklung in einen neuen Kontext zu stellen und Verständnis zu wecken für den Verstand und die Seele als Ausdrucksformen der innewohnenden GÖTTLICHKEIT, die das Fundament und die fortwährende Quelle des Lebens und der Existenz ist. Diese weihevollen Aufgabe wird durch die Aussage „Gloria in Excelsis Deo!“ zum Ausdruck gebracht, mit der Dr. Hawkins' veröffentlichten Werke beginnen und enden.

Besuchen Sie unsere Homepage,  
dort finden Sie weitere Bücher, Hörbücher und CDs.  
Wir freuen uns auf Sie!

**[www.sheema-verlag.de](http://www.sheema-verlag.de)**

## KONTAKT

### **Sheema Medien Verlag**

Bücher. Aus Liebe.

Hirnsbergerstr. 52

D - 83093 Antwort

Tel.: 0049 - (0)8053 - 7992952

Fax: 0049 - (0)8053 - 7992953

E-Mail: [info@sheema.de](mailto:info@sheema.de)

<http://www.sheema-verlag.de>



**SHEEMA**

MÖGEN ALLE WESEN GLÜCKLICH SEIN