

Basiswissen bei Gesundheitsfragen, spirituell nachgefragt und hier beantwortet.

Fibromyalgie (chronische Schmerzkrankheit): Zusammenhänge und Heilungsmöglichkeiten, Aufklärung in spiritueller Sicht.

Hier spricht Dr. Kahn.

Schmerzen, Schmerzen, Schmerzen.

Dies sind die Ursachen der Krankheit, welche sich Fibromyalgie nennt.

Es sind *große* Schmerzen vorhanden in verschiedenen Muskelgeweben, auf der Schulter, in Armen und Beinen, im Rücken. Ja, man könnte auch sagen: es ist ein wandernder Schmerz durch den ganzen Körper!

Was geschieht, wenn der Schmerz tagtäglich kommt, wenn er zum chronischen Schmerz wird?

Es ist eine *große* Ermüdung, die geschieht - Ermüdung, Erschöpfung.

Ja, es ist eine Behinderung, die Lebensenergie auszudrücken und zu leben.

Die Lebensenergie wird gestoppt. Sie kann nicht mehr ausgedrückt werden so, wie es die Person möchte. Es ist ein Zurückdrängen der Energie!

Und dieses Zurückdrängen ermüdet, erschöpft, macht hilflos - ja erdrückt.

Und das Erdrücken kann bis zu einer Traurigkeit (depressiven Stimmung) führen und auch ein Gefühl von „ich mag nicht mehr, alles ist mir zu viel, es geht nicht mehr“.

Was ist der Hintergrund dieser Krankheit, was sind die Ursachen dieser Krankheit?

Normalerweise ist Angst ein Warnsignal, ein Warnsignal des Körpers, der uns sagt: Vorsicht!

Was ist eine gesteigerte, übersteigerte Angst? In einer übersteigerten Angst kann die Energie *nicht frei* fließen. Die Energie wird *immer wieder* gestoppt. Und dieses Zurückhalten der Energie kann energetisch eine Blockade, einen energetischen Stopp ergeben. Und dieses Zurückhalten (wenn es ganz heftig und intensiv wird) ergibt eine innere Spannung, die sich als Schmerz äußern kann, die sich in den Muskeln, in den Fasern, äußern kann.

Zu hohe Ansprüche, zu hohe Ziele - gesteckte Ziele, etwas, das nicht erreicht werden kann, lässt unseren Geist *nicht* zur Ruhe kommen, lässt unseren Körper *nicht* zur Ruhe kommen! Es ist ein immer wieder sich wiederholendes Probieren. Wie kann ich es noch besser machen? Wie kann ich es noch anders machen? Ein „genug“ ist sehr selten.

DAS ist eine sehr große Belastung für den ganzen Körper!

Dann sind da auch *nicht verarbeitete* Blockaden, *nicht verarbeitete* seelische Nöte, *nicht verarbeitete* Trauma, die sich in bestimmten Körperregionen festsetzen, und *mit der Zeit* sich als Schmerzen bemerkbar machen können.

Die Schmerzen in den Schultern (Schulter-Nackenregionen) sind oft Schmerzen der Last, wenn etwas *zu viel* gemacht wird. Es gibt ja auch das Wort „Lasten“ tragen. Und oft sind es nicht die eigenen Lasten, die eigene Bürde, die getragen wird, sondern die Bürde der *anderen*! Man möchte die Mitmenschen entlasten, lädt es sich selbst auf, und kann es dann nicht händeln.

Oder die Schmerzen in den Armen. Die Arme sind für die Bewegung, für Bewegungsfreiheit. Die wird eingeschränkt, wenn die Arme beginnen, sich in Schmerz zu äußern.

Dasselbe gilt für die Beine. Die Beine helfen, dass wir vorwärtskommen, dass der Mensch in Bewegung bleibt. Wo geht es hin? Geht es mit leichtem Schritt nach vorne oder geht es mit zögerlichen Schritt nach vorne und wieder zurück? (Nach vorne und wieder zurück, weil man innerlich unentschlossen ist.)

ALL DAS sind Energiebewegungen, die *nicht* im freien Fluss sind! Und diese nicht frei fließenden Energien können Schmerzen bilden an ganz verschiedenen Körperstellen. Und immer wiederkehrende Schmerzen erschöpfen das Energiesystem des Körpers! Und dann kommen *mit der Zeit* auch Schlafstörungen oder man kann sich nicht mehr konzentrieren.

Und diese Schmerzen, die auftauchen, können nicht verarbeitet werden.

Wenn der Körper überlastet wird mit Schmerzen, kann er sie plötzlich nicht mehr verarbeiten, und dann zirkulieren diese Schmerzen im Körper und

ergeben diese große Müdigkeit. **Oft ist es so, dass diese Menschen *nicht ihr eigenes Leben leben, dass sie sich einsetzen für andere Menschen, oder dass sie sich unfähig fühlen, ihr eigenes Leben zu leben, dass sie in der Vergangenheit steckenbleiben (in traurigen Verhältnissen), in der Trauer steckenbleiben und vergessen, was eigentlich ihr innerer Lebenswunsch ist.***

Was diesen Menschen hilft, aus ihrem Dilemma herauszutreten, ist...

- das Leben *selbst* in die Hand zu nehmen,
- sich *seinen* Bedürfnissen bewusst zu werden,
- seine innere Kraft kennen zu lernen,
- vertrauen auf die Fähigkeiten, die da sind. (Doch, weil sie durch *andere* Dinge abgelenkt sind, nicht gelebt werden.)

Oft sind es Menschen, die sich beklagen. Doch sie beklagen sich über die Dinge oder andere Menschen und *nicht* über sich selbst!

Eigentlich wäre die Klage über sich selbst korrekter, doch es ist angesagt:

- aus der Klage herauszukommen und in die Freude zu gehen,
- die Freude im Herzen wieder zu entdecken,
- die Freude im Herzen wieder zu entwickeln,
- raus aus dem Jammertal, in die Freude zu gehen,
- sich *nicht mehr* runter kriegen lassen von schweren Gedanken, Gedanken der Unmöglichkeit.

Sondern *wirklich in seine Kraft* zu kommen durch die Bewegung, welche ja auch wichtig ist für diese geschwollenen Muskeln oder kribbelnden Muskeln oder durch Taubheit erstarrte Muskeln.

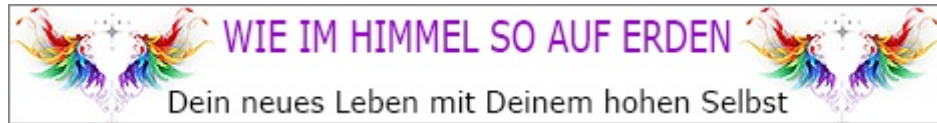
Bewegung in der Natur oder Bewegung durch das Wasser, Bewegung durch Wärmetherapien! Und gerade diese Elemente (die Elemente des Wassers, die Elemente der Luft, die Elemente des Feuers, der Sonne, die Elemente der Natur) helfen *auch* im Geist, die Gedanken zu verändern, die Gedanken freudvoller werden zu lassen.

Für diese Menschen mit dieser Krankheit - der Fibromyalgie - ist es auch ganz wichtig, dass sie ihre Denkmuster *verändern* lernen. Denn so kann auch die Freude wiederentdeckt werden, so können auch Begabungen wiederentdeckt werden, dass die Glaubensmuster, die vorhanden sind, *bewusst* werden und diese *bewusst* verändert werden!!!

Und dies kann durch ein mentales Training, durch spirituelle Psychotherapie, durch eine Verhaltenstherapie, verändert werden.

Empfangen von Christine S. am 07.08.2023.
(Mitglied im Internet-Verein "Die Liebenden von weit her")

Dein Leben – Dein hohes Selbst – Deine Verschmelzung



Internet-Verein „Die Liebenden von weit her“ → [die-liebenden.org](https://www.die-liebenden.org)