

Dr. med. Michael Buthke

Heile dich selbst
mit deinem
SeelenCode

Begleitheft

Alle Rechte vorbehalten.

Außer zum Zwecke kurzer Zitate für Buchrezensionen darf kein Teil dieses Buches ohne schriftliche Genehmigung durch den Verlag nachproduziert, als Daten gespeichert oder in irgendeiner Form oder durch irgendein anderes Medium verwendet bzw. in einer anderen Form der Bindung oder mit einem anderen Titelblatt in Umlauf gebracht werden. Auch Wiederverkäufern darf es nicht zu anderen Bedingungen als diesen weitergegeben werden.

Copyright © Verlag »Die Silberschnur« GmbH

EAN: 4260075280295

1. Auflage 2014

Gestaltung Et Satz: XPresentation, Göllesheim

Umschlaggestaltung: XPresentation, Göllesheim; unter Verwendung eines Motivs von
© ErickN, www.fotolia.de

Printed in China

Verlag »Die Silberschnur« GmbH

Steinstraße 1 · D-56593 Göllesheim

www.silberschnur.de · E-Mail: info@silberschnur.de

Inhalt

Warum du mit diesem Kartenset etwas Besonderes in Händen hältst	5
Wie dieses Kartenset entstanden ist	7
Ein Ausflug in die Welt der Gehirnforschung	13
Die Seele des Menschen oder: Alles ist bereits in uns	15
Anleitung: So ziehst du den größten Nutzen aus diesem Kartenset	17
Noch mehr Erfolg mit diesem Kartenset: Der akumotion.a1®-Gehirncode und die Liebe	24
Meine persönliche Geschichte	29
Schlusswort	34
Danksagung	37
Über den Autor	39

*Wie viel weniger Leid, Schmerz und Konflikte
gäbe es auf dieser Welt, wenn wir alle mehr
auf die Stimme unseres Herzens und
unserer Seele hören würden ...*



Warum du mit diesem Kartenset etwas Besonderes in Händen hältst

Kennst du diese Momente, in denen alles ganz einfach und mühelos funktioniert? Momente, in denen du dich frei von Verpflichtungen und Zwängen fühlst, weil du tun darfst, was du von Herzen tun willst? Momente, in denen du all deine Sorgen vergessen hast und dich ganz der Freude, dem Genuss und der Liebe hingibst? Momente der tiefen Überzeugung, alles schaffen zu können?

Dieses Kartenset will dir dabei helfen, solche Momente in deinem Leben zu vermehren. Du kannst damit Ängste und Zweifel rasch überwinden, Stress deutlich reduzieren, körperliche Beschwerden und Schmerzen häufig sofort lindern oder gar völlig beseitigen, spürbar an Vitalität gewinnen und insgesamt mehr Leichtigkeit, Zuversicht und Gelassenheit in deinen Alltag bringen.

Das Einzigartige an diesem Kartenset ist, dass es als Essenz aus über 8.000 ärztlichen Therapiesitzungen und Gesundheitscoachings entstanden ist. Es wurde vom Leben selbst geschrieben. Die Worte und Sätze, die sich dabei durch die Betroffenen selbst offenbart haben und nun auf den Karten stehen, zeigen in der Praxis eine derart tiefgreifende und neuordnende Wirkung auf unser Gehirn, dass ich sie Gehirncodes genannt habe.

Ein weiterer Grund für die Besonderheit dieses Kartensets liegt darin, dass es in seiner Anwendung erstmals Elemente verbindet, deren gemeinsame Wirksamkeit wissenschaftlich nachgewiesen ist. Wie ich dir später noch zeigen werde, hat die Neurobiologie herausgefunden, dass durch die spezielle Art, wie du mit deinem Gehirncode arbeitest, nachhaltig heilende Prozesse auf seelischer Ebene stattfinden können.

Wenn du dich deinem Gehirncode nur ein paar Minuten täglich widmest, wirst du schon bald bemerken, wie du offener für bisher unerkannte Perspektiven wirst. Wie sich die Menschen, Dinge und Ereignisse, die dir in deinem Alltag begegnen, plötzlich und unverhofft zu verändern beginnen. Wie sich anstelle von Sorgen, Mühen, Kampf, Schuld, Scham oder anderen inneren Konflikten Qualitäten wie Vertrauen, Mut, Freude, Hingabe und Frieden in deinem Bewusstsein breitmachen. Wie sämtliche Bereiche deines Lebens – Gesundheit, Beziehungen, Sexualität, Beruf, Finanzen, Freizeit, Spiritualität – erfüllter und lebendiger werden.

Die Anwendung dieses Kartensets ist einfach und effizient. Du musst es nur tun. Und dich anschließend davon überraschen lassen, wie schnell du dich von deinen Problemen löst, deine Ziele erreichst und deine Zukunft neu gestalten kannst. Ich wünsche dir viel Spaß dabei!



Wie dieses Kartenset entstanden ist

Trotz enormer Fortschritte der modernen Medizin sind Zivilisationskrankheiten wie Bluthochdruck, Rückenschmerzen, Allergien, Neurodermitis, Rheuma, Burn-out, Kopfschmerzen oder Verdauungsprobleme weiter im Vormarsch. Einer Prognose des Fritz-Beske-Instituts für Gesundheits-System-Forschung in Kiel zufolge soll Diabetes bis Mitte des Jahrhunderts um 22 Prozent steigen, Krebs um 27 Prozent, Schlaganfälle um 62 Prozent, Herzinfarkte um 75 Prozent und Demenz gar um 113 Prozent. Andere Statistiken zeigen, dass sich die Zahl jener, die wegen einer Depression ins Krankenhaus eingewiesen wurden, zwischen den Jahren 2000 und 2010 mehr als verdoppelt hat (Barmer-GEK).

Wenn die Errungenschaften der Medizin also nichts dazu beitragen können, diese Entwicklungen einzudämmen, geschweige denn zum Rücklauf zu bringen, muss es Ursachen geben, die in herkömmlichen Therapien gänzlich unberücksichtigt bleiben. Als Facharzt für Innere Medizin und approbierter Apotheker wurde ich mir dieser fehlenden Puzzleteile schon früh bewusst. Ich ging auf Spurensuche ...

Seit 1986 arbeite ich in meiner eigenen, ganzheitlich ausgerichteten Praxis in Flensburg überwiegend mit chronischen, oft als atherapiert geltenden Patienten. Bestärkt durch meine positiven Erfahrungen

und die Erkenntnisse meiner jahrelangen Forschungen habe ich vor 15 Jahren damit begonnen, an einer Methode zu arbeiten, die diese fehlenden Puzzleteile integriert und somit an den wahren Ursachen vieler Krankheiten, von Missbefinden und Unzufriedenheit ansetzt: unserem Denken, Fühlen und Glauben.

Wie Gedanken und Gefühle auf Körper und Geist wirken

Ganz gleich ob sie uns bewusst sind oder nicht: Gedanken, Gefühle und Überzeugungen, die unserer Natur und unserem angeborenen, natürlichen Potenzial zuwiderlaufen, bereiten unserem Körper und unserem Geist großen Stress. Und Stress ist heute zu einem der größten Krankmacher überhaupt geworden.

Wissenschaftler aus Forschungsgebieten wie der Psycho-Neuro-Immunologie oder der Gehirnforschung, aber auch viele Mediziner und Psychologen sind sich einig: Anhaltender Stress – insbesondere emotionaler Stress wie beispielsweise durch Ängste, Ärger, Hass, Enttäuschung, Trauer oder Sorgen – kann die Funktionen unseres Immun-, Hormon- und Nervensystems so sehr beeinflussen, dass mit der Zeit sogar chronische Leiden und Krankheiten daraus entstehen. Wie sonst wäre es zu erklären, dass nur 2 von 100 Rauchern Lungenkrebs bekommen, aber 64 von 100 Menschen, die in der zweiten Lebenshälfte ihren langjährigen Partner verlieren, ein Jahr später an Krebs erkranken?

Umgekehrt aktivieren Gefühle wie Freude, Liebe, Zuversicht und Glaube die Immunabwehr und die Kraftwerke des Körpers. Sie hemmen Entzündungsvorgänge und beschleunigen die Rege-

neration. Deshalb spielt für jeden Heilungsprozess der Glaube an die Selbstheilungskräfte und die eigene Genesung eine zentrale Rolle.

Wie stark wir an etwas glauben, spiegelt sich in Überzeugungen und Glaubenssätzen wider, die wir im Laufe des Lebens von anderen – insbesondere von unserer Ursprungsfamilie in den ersten sieben Lebensjahren – übernommen oder aufgrund eigener, ganz persönlicher Erfahrungen gebildet haben. Das Gehirn kann dabei nicht darüber urteilen, ob und wann diese Glaubenssätze nützlich oder hinderlich sind – es führt nur die daraus erlernten und programmierten Handlungsanweisungen aus. Und diese Prozesse laufen zu über 90 Prozent unbewusst ab!

Unser Glaube und die daraus resultierenden Erfahrungen im praktischen Leben können uns demnach sowohl krank machen als auch gesund werden lassen. Mit diesem Kartenset kannst du deine Gedanken, Gefühle und Überzeugungen einfach und rasch so verändern, dass sie deine Gesundheit und dein Lebensglück fördern.

akumotion.a1®: Das Gesundheitskonzept

Mein jahrelanges Forschen, Entwickeln und Erproben brachte akumotion.a1® hervor – eine Methode, die vielen chronischen Erkrankungen häufig den ursächlichen Nährboden entziehen kann, indem sie die hinter den körperlichen Symptomen stehenden emotionalen Stressoren (Krankheitsauslöser) und destruktiven Glaubenssätze aufzulösen vermag. Das tragende Element von akumotion.a1® ist der sogenannte akumotion.a1®-Gehirncode, der über das Stimulieren eines speziellen, von mir entdeckten Gesundheitspunktes

am Kopf ungesunde, krankmachende Überzeugungen dauerhaft und positiv verändern kann.

Der akumotion.a1®-Gehirncode – Schlüssel zu einem befreiten Leben

In meinen Gesundheits-Coachings decke ich das aus falschen Überzeugungen entstandene, krankmachende Verhalten meiner Patienten auf, so dass sie es bewusst – und häufig erschüttert und betroffen – wahrnehmen und erkennen können. Die zugrunde liegenden hinderlichen Einstellungen, Haltungen und Wahrnehmungsmuster ersetzen wir dann mit Hilfe des akumotion.a1®-Gehirncodes durch lebensbejahende, nährnde und heilende.

Der akumotion.a1®-Gehirncode wird im Sinne der Heilung von der Seele »gesucht« und ausgesprochen. Als prägnanter Leitsatz führt er unsere Gedanken und Gefühle aus dem Problem heraus und in die Lösung hinein. Anfangs haben meine Patienten ihren Gehirncode unter meiner Begleitung selbst entwickelt, doch mit der Zeit habe ich zweierlei erkannt:

1. So individuell die vorliegenden Gehirncodes entstanden sind, so universell ist ihr jeweiliger Charakter. Sie haben sich immer und immer wieder offenbart. Die Sprache der Seele ist einheitlich, und wir Menschen sind einander emotional viel ähnlicher, als wir denken.
2. Es ist nicht entscheidend, die unbewusste Blockade hinter einem bewussten Problem zu kennen und benennen zu können, um den richtigen Gehirncode zu wählen.* Unsere Seele weiß genau, welcher Glaubenssatz unseren mentalen, emotionalen

und körperlichen Heilungsprozess im Augenblick am stärksten unterstützen kann.

Heute finden meine Patienten ihren akumotion.a1®-Gehirncode mit Hilfe dieses Kartensets selbst – sowohl in der Praxis als auch bei sich zu Hause. Sie ziehen eine Karte, schauen sie an und nehmen dann spontan wahr, welcher Satz der ihre ist und die Genesung begleitet wird. Genauso wirst auch du, unterstützt von dieser Anleitung und der beiliegenden CD, zielsicher den für dich richtigen akumotion.a1®-Gehirncode finden.

Dabei können Empfindungen wie das vertraute Wiedererkennen eines Gefühls oder das Bedürfnis nach Erfüllung einer Sehnsucht entstehen. Dieser Moment ist magisch und wird von der Seele häufig mit einem tiefen Atemzug oder intensiven, von Tränen begleiteten Gefühlen betont. Das Besondere daran ist, dass der Glaubenssatz nicht vom Kopf her konstruiert und erdacht wurde, sondern dass die Seele ihn ausgesucht hat!

Der akumotion.a1®-Gesundheitspunkt – Tor zum Unbewussten

Um den Gehirncode als neue, gesundheitsfördernde Einstellung im Gehirn zu verankern, sprechen ihn meine Patienten mehrmals laut aus. Gleichzeitig aktivieren sie durch sanftes, rhythmisches

* Mit Ausnahme von Erkrankungen, die medizinisch abgeklärt und behandelt werden müssen.

Beklopfen (Tappen) mit dem Finger einen bestimmten Punkt an der Schädeldecke: den akumotion.a1®-Gesundheitspunkt (siehe Anleitung).

Ist der neue Glaubenssatz erst einmal im Unbewussten und im Gehirn angekommen, verändern sich mit ihm auch unsere Gedanken und Gefühle – und damit die Art, wie wir die Welt und uns selbst wahrnehmen und erleben. Neue Perspektiven öffnen sich, lebensfördernde Gewohnheiten entstehen, innere Kraftquellen beginnen zu sprudeln, die Selbstheilungs- und Regulationsmechanismen des ganzen Körpers werden aktiviert.

Die nachhaltig positiven Effekte dieser Methodik auf Stimmung, Wohlbefinden, Gesundheit und Lebenskraft haben zwei Neurowissenschaftler in einer umfangreichen Studie nachgewiesen ...