

# Wirklich frei SEIN

## Mit PSYCH-K® die Intelligenz der Zellen nutzen

Nicht unsere äußere, sondern unsere innere Wirklichkeit entscheidet darüber, was wir als beglückend oder bedrückend empfinden. Diese innere Wirklichkeit frei gestalten zu können, ist für Klaus Medicus der Schlüssel zu mehr Leichtigkeit und Lebensfreude. Wie und auf Basis welcher wissenschaftlichen Erkenntnisse wir diese Gestaltungsfreiheit erlangen können, erklärt der PSYCH-K-Coach im Gespräch mit VISIONEN.



*Grundlage Ihrer Arbeit ist unter anderem das Buch „Intelligente Zellen. Wie Erfahrungen unsere Gene steuern“ von Bruce Lipton. Worum geht es in dem Buch?*

Bruce Lipton hat herausgefunden, dass unser Denken, Fühlen und Handeln zu 95 Prozent von den Programmierungen unseres Unterbewusstseins gesteuert wird. Hier nämlich, in unserem Unterbewusstsein, sind unsere Erfahrungen abgespeichert und die damit verbundenen Grundüberzeugungen. Diese so genannten *Beliefs* werden größtenteils in den ersten sechs Kindheitsjahren angelegt und entscheiden maßgeblich darüber, welches Bild wir von uns, von anderen Menschen und der Welt haben; ob wir uns für liebenswert oder wertlos halten, und unsere Umwelt für freundlich oder bedrohlich.

*Aber können wir unsere Überzeugungen nicht bewusst ändern, an jetzige Lebenserfahrungen anpassen?*

Ein kleines Stückchen schon, da sind wir dann beim Konzept des „positiven Denkens“. Doch das Unterbewusstsein ist wesentlich machtvoller als das Bewusstsein.

Es beurteilt jede Situation darauf hin, ob sie für uns gefährlich oder zuträglich ist, und zwar indem es sie mit den abgespeicherten Grundüberzeugungen abgleicht. Je nachdem, wie die Situation eingestuft wird, wird unser gesamtes inneres System durch komplexe biochemische Prozesse in einen Schutz-Zustand oder Wachstums-Zustand versetzt. Im Schutzmodus mobilisieren wir reflexartig für kurze Zeit alle unsere Kräfte – wegrennen oder angreifen. Zugleich werden jedoch wichtige Immun-, Regenerations- und Wachstumsprozesse im Körper unterbunden. Es laufen ganz automatisch Prozesse ab, die wir nicht bewusst steuern. Bewertet unser Unterbewusstsein die jeweilige Situation hingegen als angenehm, wird das System auf Wachstum und Entwicklung eingestellt: Wir sind ruhig, entspannt und in unserer Mitte. In diesem Zustand der Zentrierung steht uns unsere gesamte Hirnkapazität zur Verfügung, um daraus neue, kreative, visionäre Handlungen entstehen zu lassen.

*Wenn ich mein Leben positiv verändern will, muss ich also meine inneren Überzeugungen*

*verändern? Wie soll das gehen?*

Indem man dort ansetzt, wo die Wahrnehmungsverarbeitung stattfindet: auf der Ebene des Unterbewusstseins, in jeder einzelnen Zelle. Bruce Lipton empfiehlt hierfür, die von Rob Williams entwickelte Methode PSYCH-K®. Ich arbeite damit seit mehreren Jahren – mit großem Erfolg.

*Wie genau funktioniert PSYCH-K®?*

Auf zweierlei Weise. Zum einen hilft sie uns heraus zu finden, welche Vorstellungen und Überzeugungen Stress in unserem System auslösen und es damit in einen Schutzmodus versetzen. Zum anderen ermöglicht sie uns, neue befähigende *Beliefs* im Unterbewusstsein abzuspeichern. Dabei werden über sogenannte *Balances* neue neuronale Verbindungen geknüpft.

*Was muss man sich unter befähigenden Beliefs vorstellen?*

Die oberste Regel lautet: Fühlt sich ein *Belief* oder eine Überzeugung gut für dich an, verknüpfst du eine Überzeugung mit etwas Bewegendem und Schönerem für dich – dann ist sie richtig. Das bedeutet, dass man keine

# Mir selbst geht es darum, Menschen zu ermöglichen, einen Zustand der inneren Freiheit zu erreichen. Das ist meine Vision.

bestimmten Lehren oder Konzepte benötigt. Alleine was für dich und dein Erleben der Welt Sinn macht ist entscheidend.

## Wie weit ist PSYCH-K eine spirituelle Methode?

Rob Williams beschrieb PSYCH-K kürzlich als eine spirituelle Methode mit psychologischen Nebenwirkungen. Das Spirituelle an PSYCH-K ist das Einbinden aller Ebenen unseres Seins: das Bewusstsein, das Unterbewusstsein und das, was wir als höheres Selbst erleben. PSYCH-K eröffnet uns ganz neue Möglichkeiten, uns mit unserem wahren Selbst zu verbinden, mit dem Göttlichen, der göttlichen Matrix, dem alles umfassenden Feld. PSYCH-K® selber hat insofern einen spirituellen Ansatz, als es auf dem Vertrauen beruht, dass in jedem Menschen bereits alles zur Lösung vorhanden ist.

## Was unterscheidet PSYCH-K® von anderen Methoden der Persönlichkeitsentwicklung oder Therapieformen?

Aus meiner Sicht weniger die zugrunde liegenden Techniken. Da gibt es Parallelen zur Angewandten Kinesiologie, zu NLP sowie zu energetischen Therapieformen. Entscheidend ist aus meiner Sicht die Haltung, mit der ich PSYCH-K® anwende. Ich achte alleine darauf, was im Moment geschieht, was eine bestimmte Situation mit mir macht. Unsere äußere Realität liefert uns permanent Einladungen, uns in unserer Kraft oder Schwäche zu erleben. Wird mir bewusst, dass ich gerade in den Schutzmodus ver falle, so habe ich mit PSYCH-K die Möglichkeit, meine innere Realität so zu verändern, dass ich in den Wachstumsmodus komme. Der ganze PSYCH-K-Prozess ist von größter Achtsamkeit bestimmt.

Mir selbst geht es darum, Menschen zu ermöglichen, einen Zustand der inneren Freiheit zu erreichen. Das ist meine Vision. Bekommen Menschen in Situationen, die eben noch einschränkend für sie waren, die

Fähigkeit, sich für den Wachstumsmodus zu entscheiden, dann können sich die Symptome von alleine lösen und Heilung kann entstehen.

## Und das geht einfach so? Von einem Moment auf den anderen?

Ja, um neue neuronale Verknüpfungen herzustellen, bedarf es aus quantenphysikalischer Sicht lediglich der richtigen Impulse. Um sich daran zu erinnern, wie es sich anfühlt, verliebt zu sein, bedarf es schließlich auch keiner Anstrengung. Es genügt, diesen Zustand einmal zu erleben, fertig. So kann man sich auch PSYCH-K® vorstellen – ich verknüpfe das innere Erleben einer Situation mit einem neuen befähigenden Gefühl. Und schon bleibt diese Verknüpfung mein Leben lang bestehen.

## Klingt fast zu schön, um wahr zu sein.

Es ist einfach möglich! In dieser inneren Gestaltungsfreiheit liegt der Schlüssel zu mehr Leichtigkeit, Lebensfreude und Glück. Wenn wir lernen, diese Freiheit zu nutzen, können wir erleben, wie sich die Wahrnehmung unseres Lebens verändertert – und mit ihr unsere äußere Wirklichkeit.

**Klaus Medicus** ist zertifizierter PSYCH-K® Instructor mit Erfahrung von über 50 PSYCH-K® Workshops allein im deutschsprachigen Raum. Nach diversen Ausbildungen, u. a. bei Bruce Lipton selbst, ist er der Pionier im Lehren, wie Bruce Liptons Konzept der intelligenten Zellen einfach und leicht umsetzbar ist. Vor seiner langjährigen Erfahrung als Coach war er Leiter der Führungskräfteentwicklung in namhaften Industrie- und Dienstleistungs-Unternehmen.


**Kontakt:** Klaus Medicus, PSYCH-K® Center, Spicherenstr. 14, D-81667 München  
Tel. +49 (0)89-48 997 215.  
eMail: [medicus@medicus-evolution.com](mailto:medicus@medicus-evolution.com)  
Homepage: [www.medicus-evolution.com](http://www.medicus-evolution.com)

www.alh-akademie.de

**HeilpraktikerIn**  
**GesundheitsberaterIn ALH**  
**Psychologische BeraterIn ALH**

**Das erfolgreiche Fernstudium. Seit 1967.**

**Berufliche Alternativen mit Zukunft**  
Seit fast 40 Jahren ist die ALH auf Fernunterricht spezialisiert. Heute ist sie das führende Fernlehrinstitut in ihrem Bereich. Unser Erfolg ist unsere beste Referenz: Über 10.000 zufriedene Absolventen sprechen für sich. Wir bieten ausschließlich berufsbegleitende, staatlich zugelassene Fernstudiengänge an. Durch integrierte Seminare wird ein besonders nachhaltiger Lernerfolg erzielt.  
4-Wochen-Probestudium - Studienbeginn jederzeit.



**Gesundheit und Heilkunde**

- HeilpraktikerIn
- GesundheitsberaterIn ALH
- Psychotherapie
- FußfachpflegerIn ALH (nach HP-Gesetz)

**Psychologie und Soziale Aktivierung**

- Psycholog. BeraterIn ALH
- SeelsorgerIn
- Schriftpsychologie
- Seelische Gesundheit im Kindesalter
- NEU: Suchtberatung

**Philosophie und Persönlichkeit**

- Persönlichkeitsentwicklung und Berufserfolg
- NEU: Philosophie

Jetzt kostenlos  
Info B 24 anfordern!  
T. 02129-940240

AKademie für ganzheitliche Lebens- und Heilweisen  
Memeler Str. 25 · 42781 Haan · info@alh-akademie.de  
ALH Fon 0 21 29 - 940 240 · Fax 0 21 29 - 940 222

# Synergia

**Klartext zum Erwaehen**  
**Mythos und Wirklichkeit eines spirituellen Phänomens**

von **Gabi Palm**

Synergia Verlag, 2009,  
284 S., kart.,  
**13,90 €**

Die Autorin war lange Jahre auf der spirituellen Suche nach Erleuchtung, nach Gott, nach sich selbst, doch keine Übung, keine Bemühung, keine Meditation trug dauerhafte Früchte. Immer wieder kamen und gingen mystische Erfahrungen, doch die schmerzlich gefühlte Trennung blieb. Erst als sie eines Tages völlig hilflos anerkennen musste, dass sie nichts erreicht hatte und offensichtlich nichts erreichen konnte, gestand sie sich nach 26 Jahren unablässiger Anstrengung zutiefst innerlich ihr Scheitern ein. Im Erkennen der eigenen Ohnmacht gab sie auf und ergab sich der Wirklichkeit, eben nichts zu wissen und nichts erkannt zu haben.

Tel: 0 61 51 - 4 28 91 - 0  
Fax: 06151- 4 28 91-10  
E-Mail: [info@synergia-verlag.de](mailto:info@synergia-verlag.de)  
[www.synergia-verlag.de](http://www.synergia-verlag.de)