

Autobahn ins Paradies - Schmerzgedächtnis löschen

Um was geht es?

Bei Schmerzen sendet der entsprechende Körperbereich Alarmsignale, damit wir unser Handeln anpassen (z.B. Hand von Herdplatte wegnehmen). Über aufsteigende Nervenbahnen im Rückenmark gelangt der Reiz weiter bis ins Gehirn. Im Gehirn wird der Reiz weiterverarbeitet und als Schmerz wahrgenommen.

Das Gehirn befindet sich im ständigen Umbau. Es baut alte, sogenannte «Schaltkreise» ab und auf entsprechenden Reiz bildet es wieder neue dazu. Bei chronischen Schmerzen sind die entsprechenden Schaltkreise besonders aktiv und können mit einer Autobahn verglichen werden. Je häufiger eine Autobahn benutzt wird, desto mehr Spuren baut das Hirn. Dann kann bereits ein kleiner Trigger ausreichen und der Schmerz wird sofort und sehr intensiv wahrgenommen. Ist ein Schmerzgedächtnis erst mal ausgebildet, reicht sogar ein rein emotionaler Trigger, der ursprünglich mit dem Schmerz verschaltet wurde.

Beispiel: Sie sitzen bei der Arbeit den ganzen Tag vor dem Computer und sind gestresst. Am Abend sind Sie verspannt, der Nacken schmerzt, vielleicht haben Sie sogar Kopfschmerzen von der Verspannung. Je häufiger diese Konstellation vorkommt, desto mehr prägt sich das Gehirn diese Kausalität ein. Dann reicht es, im Urlaub bloss an den Arbeitsplatz zu denken und schon kommen die Nackenschmerzen wieder. Ohne einen körperlichen Trigger kommt der reale physische Schmerz. Je stärker der emotionale Ladungszustand (z.B. Schock, grosse Angst) ist, desto schneller wird das Schmerzgedächtnis, die Autobahn zum Schmerz, gebildet.

Das Grossartige ist jedoch, dass wir diese Autobahn jederzeit umbauen können. Durch mentales Training können Sie neue Abzweiger erbauen. Sobald Sie diese Abzweiger gedanklich benutzen, entsteht daraus ein neuer Trampelpfad. Viele Fahrten später entsteht hier eine neue Quartierstrasse, dann eine Hauptstrasse und schlussendlich wieder eine Autobahn. Weil Sie diese bewusst gebaut haben, führt Sie diese nun nicht mehr zurück in den Schmerz, sondern in Ihr schmerzfreies Paradies.

Weil die alte (Schmerz-)Autobahn nicht mehr so häufig benutzt wird, baut das Hirn diese Autobahn Stück für Stück ab, um Ressourcen zu sparen. So reagiert der Körper allmählich je länger je weniger auf mögliche Trigger.

Hauptbestandteil des Kurses bilden die wöchentlich stattfindenden Online-Intentionen in der Gruppe. Dabei produziert das Gehirn ALLER Teilnehmenden unter anderem das körpereigene Kuschelhormon Oxytocin. Oxytocin aktiviert Stammzellen und setzt Heilungsprozesse in Gang. Somit können die körpereigenen Heilungsprozesse bei sämtlichen Krankheiten angestossen werden. Von grosser Wichtigkeit für uns ist aber die zusätzliche Tatsache, dass Oxytocin 200x wirksamer Schmerzen lindert als Morphium, das stärkste Schmerzmittel der Schulmedizin! Oxytocin reduziert die Schmerzwahrnehmung und hemmt die Schmerzsignale ins Gehirn. Das Beste ist, dass dieses Hormon und auch weitere Stoffwechselprozesse erneut produziert werden, wenn Sie die aufgenommene Intention tags darauf für sich allein hören und nochmals durchleben.

Unterstützt wird dieser Prozess durch einen von mir erstellten Mind Movie (Dauer ca. 1 Minute). Der Mind Movie ist vollgepackt mit Bildern und Emotionen, welche Sie schneller an Ihr Ziel bringen. Je stärker und intensiver die Bilder und Emotionen, desto schneller wird die neue Autobahn gebaut. Sie brauchen mir lediglich Bilder und Glaubenssätze zuzusenden, welche Sie emotional positiv berühren. Um die Umgestaltung der Autobahn ins Glück noch effizienter zu machen, dürfen Sie täglich zeitlich frei wählbar eine aufgenommene Gruppenintention oder geführte Einzelintention anhören.

Stress ist der häufigste Auslöser chronischer Schmerzen und Krankheiten, denn er bringt den Körper aus dem Gleichgewicht. Den Stress zu bekämpfen, ist fast nicht möglich. Wir nutzen im Kurs die Tatsache, dass Stress und sein Gegenspieler, die Entspannung, wechselseitig aufeinander reagieren. Ist der Stress hoch, fährt die Entspannung runter und umgekehrt. Deshalb werden Sie lernen, in den Intentionen die Entspannung wieder Oberhand gewinnen zu lassen, was einen direkten Einfluss auf die Schmerzen hat. Mit den Übungsblättern erhalten Sie weiter nützliche Tools, um Stresstrigger im Alltag zu minimieren und sogar zu Ihrem Vorteil zu nutzen. All dies dient dazu, das natürliche Gleichgewicht im Körper zu fördern, damit der Körper sich um die Reparaturarbeit und um den Aufbau der «Autobahn ins Paradies» kümmern kann.

Was biete ich?

1 Fragerunde zur Klärung offener Fragen (30 Minuten per Zoom, Teilnahme freiwillig)

1 Informationsvideo mit Hintergrundinformationen zur Macht der Gedanken und zur Gruppenintention (Dauer 45 Minuten)

3 Übungsblätter „Wegweiser“ mit Fragen zur Bewusstmachung eigener Persönlichkeits-/Stressfaktoren

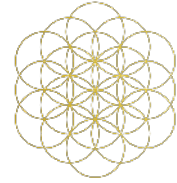
1 persönlicher Mind Movie (Details dazu im Fragebogen), welcher dazu dient, Sie möglichst effizient zur «Autobahn ins Paradies» zu führen

1 persönliche Sprechstunde (30 Minuten per Zoom) zur Besprechung des Vorgehens und persönlicher Fragen (freiwillig)

10 x Gruppenintention per Zoom, Zeitaufwand ca. 1 Stunde: 15 Minuten freiwillige Fragerunde, 30 Minuten Intention, 15 Minuten Schlussbesprechung

1 x geführte Meditation zur selbstständigen Umsetzung (Audiodatei, 10 Minuten)

Weiter werden die wöchentlichen Intentionen aufgenommen (nur Ton) und können jederzeit wiederholt werden



Was können Sie erwarten?

Schmerzlinderung bis Schmerzfreiheit.

Die Erfahrungen können Ihr Leben verändern und Sie langfristig unabhängig von Medikamenten und Therapeuten machen.

Wichtig zu Wissen

Ziel ist es, das alte Ich mit den Schmerzen oder Beschwerden zurückzulassen. Dementsprechend wird es keine klassische Vorstellungsrunde geben, wo jeder über sein Leiden klagt und sich damit immer wieder neu identifiziert. Wer in der Fragerunde oder Schlussbesprechung sich mitteilen möchte, darf dies sehr gerne tun. Wer lieber still zuhört, darf schweigen. Jeder wird so akzeptiert, wie er ist. Einzige Bedingung ist, mit voller Liebe und Empathie die Gruppenintention mitzumachen und einmal wöchentlich während 1 Stunde der Gruppe und sich seine Zeit zu schenken.

Investitionsausgaben mit hohem ROI (Return of Investment)

Die Investition für den Kurs «Autobahn ins Paradies – Schmerzgedächtnis löschen» beträgt CHF 690.00.

Weil der Kurs in dieser Form zum ersten Mal stattfindet, biete ich diesen einmalig zum **reduzierten Vorzugspreis** von **CHF 490.00** an.

Sobald der Betrag überwiesen ist, bekommen Sie die Übungsblätter zugeschickt und den Zugang zum Informationsvideo.

Wer nach Abschluss der drei Monate weitermachen möchte, darf für den Energieausgleich von CHF 25.00 (pro Termin) gerne weiterhin an den Intentionen mit der nächsten Gruppe teilnehmen, falls noch ein Platz frei ist.

Gibt es zusätzliche Kosten?

Nein. Bei akuten Schmerzen können sie auf Wunsch eine zusätzliche manuelle Behandlung bei mir buchen. Falls Ihnen die persönliche und im Preis inkludierte Sprechstunde (30 Minuten per Zoom) nicht ausreicht, darf natürlich auch gerne ein zusätzlicher Termin gebucht werden.

Gruppengrösse

Die Teilnehmerzahl pro Gruppe ist auf 12 Personen beschränkt.

Rücktritt

Falls jemand nach der ersten online Gruppenintention merkt, dass die «Autobahn ins Paradies» nicht der richtige Weg für ihn ist, besteht bis am 24. Oktober 2022 die Möglichkeit eines Rücktritts. In dem Fall erstatte ich die Hälfte des bezahlten Preises, CHF 245.00, zurück.

Anmeldung

Der nächste Kurs startet am **19. Oktober 2022 um 19.30 Uhr**, findet **jeden Mittwoch** um die gleiche Zeit statt und endet am **21. Dezember 2022**.

Die Anmeldung kann schriftlich via info@heilpraxis-rickli.ch oder auf der Homepage mittels Anmeldeformulars erfolgen. Die **Anmeldefrist endet am 27. September 2022**.

Ablauf

Schauen Sie sich bitte vor Kursbeginn das Informationsvideo an und lösen Sie die Aufgabe in dem Übungsblatt „Wegweiser 1“. Lassen Sie mir bis am 12. Oktober 2022 die entsprechenden Bilder und Glaubenssätze zukommen, damit ich den wirkungsvollen Mind Movie bis zum Kursbeginn für Sie erstellen kann.

Das Übungsblatt „Wegweiser 2“ wird am besten bereits vor oder im ersten Drittel der Kurszeit gelöst.

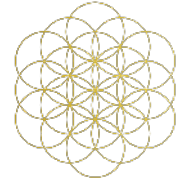
Das Übungsblatt „Wegweiser 3“ ist wertvoll für die persönliche Entwicklung in Zusammenhang mit Krankheiten/Schmerzen, jedoch nicht zwingend notwendig für die «Autobahn ins Paradies» und die Ausarbeitung deshalb fakultativ.

Die Übungen können bis zum Ende des Kurses mit mir besprochen werden (30 Minuten online, bereits im Preis inklusive).

In den Übungsblättern „Wegweiser 1-3“ geht es zusammenfassend darum, einige wichtige Stressfaktoren zu erkennen, den selbstbestimmten Umgang damit zu erlernen und dadurch entspannter zu werden, was wiederum die Heilungsprozesse fördert.

Folgende Themen werden in den Übungsblättern behandelt:

- Mind Movie zur eigenen Konditionierung ins Glück
- Die 5 Sprachen der Liebe
- Menschentypen
- Schmerz-/Krankheitstrigger finden
- Botschaft der Schmerzen verstehen
- Persönliches übergeordnetes Ziel definieren



Im Informationsvideo geht es um die theoretischen Hintergründe der Macht der Gedanken und der Kraft der Gruppe. Diese theoretischen Informationen sind wichtig, um Unklarheiten zu beseitigen, damit der Verstand besänftigt wird und sich im Prozess zurücklehnen kann. Beruhigt sich der Geist, heilt der Körper von allein.

Das Schmerzgedächtnis zu löschen und so schmerzfrei zu werden, ist ein Prozess, der einige Zeit in Anspruch nimmt, auch wenn Linderungen schon sehr schnell eintreten können. Wichtig ist, dass Sie Vertrauen in sich und Ihre körpereigenen Heilfähigkeiten entwickeln. So werden die schmerzfreien Phasen immer länger andauern und häufiger eintreten. Entscheidend ist dabei bloss, dass die Kurve wie bei einem Aktienportfolio langfristig nach oben zeigt. Kleine Ausreisser nach unten gehören dazu und sollten Sie nicht vom Ziel abbringen.

Der ganze Prozess «Autobahn ins Paradies – Schmerzgedächtnis löschen» gibt Ihnen die Möglichkeit, neues Vertrauen in die Fähigkeiten Ihres eigenen Körpers und Geistes zu gewinnen und alte negative Glaubenssätze durch selbstbestimmte zu ersetzen. Lassen Sie sich darauf ein, dürfen Sie damit rechnen, dass nicht nur die Schmerzen weniger werden, sondern auch mehr Ruhe im Geist einkehrt und Sie sich machtvoller und glücklicher fühlen.

Zum Abschluss noch ein kleines Beispiel, in welchem Parkinson-Patienten bloss durch den Placebo-Effekt, also die Macht der eigenen Gedanken, ihre Motorik deutlich steigern konnten: Parkinson ist eine neurologische Störung, welche von der Schulmedizin als unheilbar angesehen wird. Dabei produziert das Gehirn nicht mehr genügend Dopamin. Das ist ein Neurotransmitter, der entscheidend ist für die korrekte Funktionsweise der motorischen und kognitiven Steuerung im Gehirn.

In einer klinischen Studie der University of British Columbia wurde den Patienten ein „neues“ Medikament gegeben, welches nur wirkungslosen Zucker beinhaltete. Dennoch konnte die Hälfte, der mit dem wirkungslosen Placebo behandelten Patienten danach ihre Motorik deutlich verbessern. Die Untersuchung der Gehirne ergab, dass die Probanden tatsächlich bis zu 200 Prozent mehr Dopamin im Gehirn produzierten als vorher!

Es gibt unzählige Spontanheilungen von Menschen mit Krebs im Endstadium, Lähmungen, Parkinson, Auto-Immunerkrankungen und vieles mehr, welche durch die Macht der Gedanken oder durch die Macht der Gruppen erfolgten. Im Video werde ich einige Erfolgsbeispiele aufführen. Wer sich tiefer in das Thema einlesen möchte und mehr Erfahrungsberichte und wissenschaftliche Belege dazu braucht, wird im Video noch mit zwei Buchtipps bedient.

**«Alles ist Energie. Gleiche dich der Frequenz an der Realität an, die du möchtest und du kreierst diese Realität.
Das ist keine Philosophie. Das ist Physik.» Albert Einstein**