Rezensionen von Buchtips.net

Clemens Kuby: Mental Healing

Buchinfos

Verlag:	Kösel-Verlag (weitere Bücher von diesem Verlag zeigen)
Genre:	Sachbuch
ISBN-13:	978-3-466-34535-9 (bei Amazon.de bestellen)
Preis:	23,00 Euro (Stand: 23. August 2025)

Die Heilmethode des 21. Jh.?

Wenn auf einem Buchcover als Untertitel "Das Geheimnis der Selbstheilung" erscheint, wenn auf dem Buchrücken der Inhalt des Buches als "Die Heilmethode des 21. Jahrhunderts" angepriesen wird und wenn man dazu noch im Hinterkopf die vielen Berichte von Menschen hat, die sich bei schwersten Erkrankungen allen möglichen Wunderheilern oder Geisterflüsteren anvertraut haben (meist ohne jeden Erfolg), dann ist es ein natürlich Reflex als sachlich nüchterner Mensch, sich einem solchen Buch mit entsprechend kritischer Distanz und manchen Vorbehalten zu nähern.
Andererseits ist es erforscht und durchaus nicht selten, dass weltweit Heilung und Wege mit und durch Krankheiten vorhanden sind, die den Rahmen der klassischen Schulmedizin bei weitem sprengen.

Was dieses Buch aus dem esoterischen Bereich ein stückweit deutlich herausrückt, ist zum einen die Person und Lebensgeschichte des Autors selbst und zum zweiten seine detaillierte Recherche, die den Hintergrund seiner Thesen bildet. Einfache und pauschale Behauptungen mit ein wenig mythischem Gefasel sind zumindest nicht Inhalt seiner Betrachtungen.

Clemens Cuby selbst hat eine Schwersterkrankung laut eigener Aussage vermittels seiner eigenen Heilmethode bewältigt. Selbstheilung oder, zumindest, Heilung ohne erkennbare ärztliche Ursachen ist möglich und empirisch nachweisbar, nicht nur am Autor selbst. In einer Vielzahl von Kulturen und Traditionen hat nun Cuby recherchiert und alte, tradierte Wege der Bewusstseinserweiterung und damit der Erweiterung eigener, innerer Kräfte, recherchiert und zusammengetragen. Im Gesamten kommt er zum Ergebnis, dass der Geist den Körper beherrscht und zu heilen vermag.
Hierzu ist allerdings eine intensive Reflektion von Nöten und eine Aufarbeitung der eigenen, inneren, negativen Strömungen Grundvoraussetzung. Der Zweifel an sich selbst, vor allem, zudem, in ebenso tief reichender Weise, fast angeborene, tief sitzende Schuldgefühle müssen on den Blick garten und transformiert werden. Das Instrument seiner Methode nennt Cuby Seelenschreiben", ein altes, defektes, destruktives Programm der eigenen Persönlichkeit wird ersetzt durch eine neue, liebende, sich selbst und dem Universum verbundene inner Haltung. Durch dieses "Seelenschreiben" gelingt eine Transformation negativer, krank machender und krank haltender, die Welt, den anderen und sich selbst als Gegner betrachtender, innerer Einstellungen hin zu einer konstruktiven, annehmenden und die positive Kraft einsetzender Haltung. Aus der Versöhnung mit sich selbst entspringt der Wille, gesund zu sein, die Reflexion der eigenen Verstrickungen in Schwäche und Schuld. Aus der Imagination (in anderen Gedankensystemen ähnlicher Richtung oft "Visualisierung" genannt erbaut sich ein neues, freies, mutiges und gesundes Bild seiner Selbst.
Getreu der Regel "Wie Innen, so außen" folgt sodann die körperliche Befindlichkeit der erweiterten und erneuerten inneren Haltung. Eine Veränderung, die nicht nur der Heilung des eigenen Körpers zuträglich ist, sondern auch das Leben im sozialen Umfeld verändert und die eigene Ausrichtung auf innere Aufgaben des eigenen Lebens hin lenkt.

In der Bewertung ist als erstes festzustellen, dass Cuby verständlich, nachvollziehbar und mit plakativen Beispielen versehen präzise und genau mit zu teilen versteht, worum es ihm geht. Als Informationsträger ist das Buch vollständig gelungen, zudem, trotz einiger befremdlicher Redewendungen, hält sich Cuby sprachlich entfernt von gängiger, esoterischer Literatur. Seine gründliche Recherche ist jederzeit bemerkbar und hebt das Buch aus der Reihe pauschaler und platter Ratgeber deutlich heraus.
Inhaltlich wird seine Methode weiterhin auf ein höchst geteiltes Echo treffen, das liegt in der Natur der Materie. Da aber Cuby nicht aus dem luftleeren Raum agiert, sondern eine Vielzahl jahrhundertealter (und bewährter) spiritueller Haltungen und Bewusstseins entwickelnder Traditionen aufnimmt, lohnt sich die Auseinandersetzung mit seinen Gedanken durchaus. Wer allein einmal einen Show Auftritt der Shaolin-Mönche miterlebt hat, ahnt, dass geistige

Disziplin und meditative Techniken vielfach zu Ergebnissen führen, die der Physik des Körpers fast zu widersprechen scheinen.

Vorsicht ist erst da geboten, wo jede Form der klassischen Medizin und der ärztlichen Betreuung lächerlich gemacht wird. Als Hinwendung zu einer inneren Welt und eines inneren Erlebens mit teilweise verblüffenden Auswirkungen für das äußere, körperliche Befinden ist das Buch lesenswert, als Ersatz für eine klassisch medizinische Versorgung allerdings nur mit Vorsicht zu genießen. Aber das Buch ist so klar geschrieben, dass man sich natürlich auch fundiert gegen Cubys Einlassungen zu wenden vermag.

7 von 10 Sternen

Vorgeschlagen von Lesefreund
[01. Dezember 2010]