

Naturheilverein Bad Nauheim-Bad Vilbel e. V.

[www.NHV-Wetterau.de](http://www.NHV-Wetterau.de)

Presseinformation

28. August 2016

Markus Lehnert: „Body Wisdom – wie erkenne ich individuelle Ursachen für Krankheiten, Schmerzen, Beschwerden und Blockaden?“

Markus Lehnert, Hypnosetherapeut und ganzheitlicher Life Coach aus Frankfurt am Main, hielt am 25. August 2016 beim Naturheilverein Bad Nauheim-Bad Vilbel e. V. einen Vortrag zum Thema „Body Wisdom (Körperweisheit) – wie erkenne ich individuelle Ursachen für Krankheiten, Schmerzen, Beschwerden und Blockaden?“

Markus Lehnert hat nach 12 Jahren Investment-Banking ohne innere Erfüllung eine Ausbildung zum Hypnosetherapeuten in den USA und in Deutschland absolviert. Mittlerweile gäbe es zu diesem Thema zahlreiche Forschungsergebnisse. In Deutschland läge man aber noch zurück. Einleitend gab er grundsätzliche Erläuterungen zu den Funktionen des Gehirns und betonte, dass unser Bewusstsein zu über 99 % vom Unterbewusstsein und zu weniger als einem Prozent vom Verstand geprägt würde. Im Beziehungsdreieck „Körper – Seele – Geist“ wäre der Körper das schwächste Glied und die Projektionsfläche für Geist (Bilder und Symbole) und Seele (Intuition).

Der Redner erklärte, dass es sieben Essenstypen gäbe und er aus den Essgewohnheiten auf deren emotionale Bedürfnisse schließen könnte: Physiologische Bedürfnisse, Sicherheitsbedürfnisse, soziale Bedürfnisse, Individualbedürfnisse, emotionale, kognitive und ästhetische Bedürfnisse. In der „Bedürfnispyramide“ stünde über allem die Selbstverwirklichung und als höchstes Ziel die Transzendenz. Die Ernährung würde wie in einer Einbahnstraße den Emotionen folgen.

Emotionen wären extrem starke Energien, die wie alle Energien nicht vernichtet, sondern nur umgewandelt werden könnten. Sie wären die Grundlage unseres Seins und würden unsere Gedanken, Worte, Handlungen, Gewohnheiten, unseren Charakter und unser Schicksal bestimmen. Emotionen wären selbst über Tausende von Kilometern spürbar, ließen sich nicht unterdrücken und wären immer stärker als der Verstand (Wille). Emotionen ließen uns als Hauptenergiequelle erst am Leben teilhaben. Allerdings wäre ein emotionales Gleichgewicht extrem wichtig, weil ein Ungleichgewicht, z. B. durch zu viel Stress und Nicht-Berücksichtigung der emotionalen Bedürfnisse, Ursache von fast allen Krankheiten wäre. Die Krankheit wäre also eine körperliche Botschaft. Das Krankheitssymptom würde so lange wiederkehren, bis „die Lektion gelernt“ wäre und das Gleichgewicht wieder bestünde.

Krankheitssymptome und Schmerzen wären Hilfeschreie, wenn nicht nach den eigenen Bedürfnissen gelebt würde. Das Ideal wäre die Gesundheit, das Gleichgewicht auf allen Ebenen, wenn die Energie frei fließen könnte. Fast alle Krankheiten beruhten auf negativen, nicht aufgearbeiteten Emotionen. Heilung wäre immer möglich, wenn der Auslöser der Krankheit, also der Schlüssel gefunden würde. Dieser wäre zum Beispiel mit Hilfe der von Markus Lehnert praktizierten Hypnosetherapie zu finden, weil der Körper in Trance alle angeborenen Weisheiten preisgeben könnte. Lehnert: „Der Mensch hat drei Überdruckventile bei emotionaler Überlastung: Tränen, Wut, Krankheit . . . Der Körper versucht immer zu helfen und zu unterstützen! Er hört nicht auf, sich bemerkbar zu machen, wird bei Ignoranz immer lauter, bis hin zu Krebs als ultimativer Kommunikation!“

Verantwortlich: Joachim Pollmar, Pestalozzistraße 07, 61194 Niddatal

Tel. 06034-2117; Fax: 06034-92407; [Pollmar@NHV-Wetterau.de](mailto:Pollmar@NHV-Wetterau.de)