

Immunität aus ganzheitlicher Sicht



Univ. Prof. Dr. Raimund Jakesz

Medizin & Spiritualität

www.jakesz.com



17. Festspielgespräche – Sommerakademie Juli 2023

Immunität

- ist ein Zustand
 - ausreichender Wehrhaftigkeit
 - bestehenden Schutzes
 - notwendiger Abgrenzung
 - vorhandener Resilienz
 - gefühlter Kohärenz



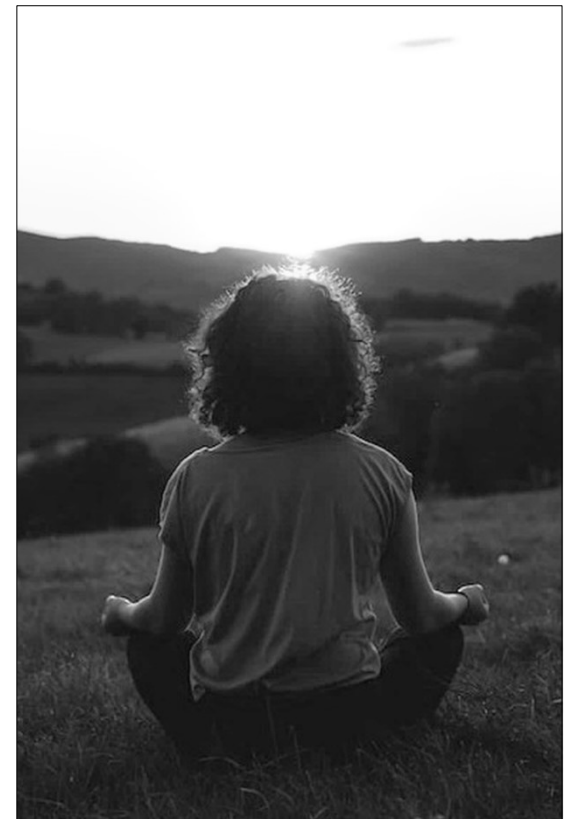
Ganzheitliche Immunität

- ist ein Messparameter, ein Symptom für ein gut funktionierendes Wesen.
- ist eine Einheit aus physischen und energetischen Strukturen unseres Wesens für Gesundheit von Körper und Geist.

Therapeutisch

Präventiv

Energetisches Zentrum: Thymus



Therapeutische Immunität

richtet sich gegen Fremdes

- physischer Art:
 - Bakterien
 - Pilze
 - Viren
 - mutierte Zellen

mit Hilfe von

- Abwehrzellen: korpuskulär: Lymphozyten, Makrophagen, etc.
- Antikörpern: humoral
- Eubakterienflora in unseren Hohlorganen: Mikrobiome



Therapeutische Immunität

richtet sich gegen Fremdes

➤ energetischer Art:

– Fremdenergie in unserem Raum:

CARING: Übernehmen von Trauer, Sorge, Verzweiflung anderer

VERANTWORTUNG FÜR ANDERE

– traumatische Glaubensmuster: Ich bin wehrlos, mutlos, wertlos. Ich glaube, zu müssen.



Ganzheitliche Immunität präventiv

- Schutz vor Zellmutationen
- Erhaltung: der Integrität unseres Raumes



von repair- und control-Mechanismen: Nacht unserer Plastizität:

- neuronale Netzwerke: Gehirn, Lernen
- humorale Netzwerke: Solarplexus, Stress
- sensorische Netzwerke: Herz, Schmerz

Die Entwicklung unseres Seins

NICHT: stehen bleiben

sich gleich zufrieden geben

Kreativität auf allen Ebenen

Lebenslanges Lernen



- Wir können lernen, zu unserem unendlich großen, inneren Wissen zu gelangen.
- Durch Nachspüren können wir den Sinn und die Meinung aufmerksam interpretieren.
- Es gilt, im inneren Bewusstsein wach und beweglich zu bleiben und zu unterscheiden: GEWAHRSEIN
- Entscheidend ist, zum tatsächlichen wahren Kern der zugrundeliegenden Information vorzudringen.
- Der Weg ist die innere Heilung.

„Ich weiß, dass ich nichts weiß.“ (Sokrates)

Alle immunologischen Vorgänge werden energetisch beeinflusst und gesteuert

- Gedanken
- Gefühle
- Emotionen
- Spirituelle Grundhaltung



Basierend auf

- eigener Erfahrung in diesem Leben: BEWUSST
 - Vererbung: DNA
 - früheren Erfahrungen: Seele
- } primär UNBEWUSST

Das große Ganze – Ganzheitlichkeit

- Unsere Energien stellen die Basis für die Stärke unserer Immunität dar.
- Dieser Seinszustand steht in dauernder Entwicklung.

Das Erkennen des eigenen Potenzials im
Innen und Außen

Das Verständnis für unsere natürliche
Intelligenz

Verantwortung für die Stärke der eigenen Immunität (1)

- Wir erzeugen unsere Realität, Wahrheit und Wirklichkeit durch unsere Schöpferkraft. – Das ist Teil unserer Natur.
- Wir können unsere Reaktion auf alles, was wir erleben, beeinflussen.
- Wir bestimmen mit, was uns unser Leben zeigen will, bewusst oder unbewusst.



Verantwortung für die Stärke der eigenen Immunität (2)

- Wir dürfen und wollen für uns selbst sorgen, uns nähren, uns versorgen in jeder Hinsicht.
- Was wir nicht selbst an uns vollziehen, kann durch das Außen zwar unterstützt, aber nicht vollendet werden.
- Wir sind verantwortlich für unseren Willen der Umsetzung, und unseren energetischen Zustand.



Affirmationen: Verantwortung

- Ich vertraue mir, meinem Mut und meiner Kraft.
- Ich bin überzeugt, dass ich mein Leben gestalten kann.
- Es hängt von mir ab, wie ich mich mit Herausforderungen meines Lebens auseinandersetze.
- Ich will mir die Fragen meines Lebens selbst beantworten.
- Ich übernehme volle Verantwortung für alles, was durch mich geschieht – ohne mich in irgendeiner Weise schuldig zu fühlen.

Die Steuerung unserer Immunität ist multidimensional

- physische Widerstandsfähigkeit
- mentale Bewältigungsstrategie
- emotionale Heilungswege
- spirituelle Entwicklung
- Welche Fähigkeit benötigen wir, um diese Aspekte zu besitzen oder zu erwerben?
- Welche Traumata benötigen innere Heilung?
- Was benötigen wir für Transformation, Erleuchtung?



Wir benötigen Bewusstheit

- dass unser Körper, unsere physische Immunität zellulär und humoral unter der Kontrolle unseres Geistes, unserer Energie steht.
- dass daher die Stärke unserer Immunlage in erster Linie von uns selbst abhängt.
- dass wir es uns zutrauen, durch Heilschritte Energien zu entwickeln, die unsere Immunität steigern.

Erfahrbar durch tägliche Hinwendung

Mentale Haltungen

ORDNUNG

STRUKTUR

KLARHEIT

WEITE

DURCHSICHT

WILLE

INNERES WISSEN

FOKUS

KONZENTRATION

UNTERSCHIEDUNG

PROBLEMLÖSUNGSFÄHIGKEIT und vieles mehr

➤ **Ausreichende Lebenskraft – Energie**

Wir lösen uns aus

- Unordnung
- Verwirrung
- Undurchsichtigkeit
- Ignoranz
- Unfähigkeit
- Unstrukturiertheit
- Enge
- Schwäche
- Zerstreuung
- Bewertung

Lösung und Heilung solcher Aspekte
erhöhen unsere Immunität

UNSER ICH – ICH BIN – WIR

- können in uns etwas bewirken.
- sind für uns heilsam.
- steuern unser Leben durch unser Sein.
- sind unabhängig.
- ändern uns stetig durch Selbstbeobachtung.
- haben Bedeutung.
- können uns aus belastenden Umständen lösen.
- erkennen Sinn und Zusammenhang.
- haben unsere Aufgabe an uns, an Euch und der Welt.



Eigene stärkende Gefühle zulassen

Dankbarkeit

Optimismus

Freude

Träume

Zauber

Selbständigkeit

Unabhängigkeit

Mut

Humor

Entschlossenheit

Einsicht

Reflexion

Offenheit



Eigene stärkende Gefühle zulassen

Standfestigkeit

Bereitschaft

Flexibilität

Ehrlichkeit

Offenheit

Überlebenswille

Phantasie

Kreativität

Hoffnung

Ausdauer



Wahre Freude kommt aus dem Herzen

- Sie entsteht als Reaktion auf äußere Ereignisse mit anderen Menschen, Tieren, Kunst (abhängig von unserer Zuwendung).
- Sie entsteht in uns ohne äußeren Anlass spontan.



„Sagen wir **FREUDE**“
„Meditieren wir **FREUDE**“
„Lassen wir **FREUDE** fließen“

Innerer Frieden

- **Heraustreten** aus der Energie der Verurteilung, der Beurteilung, des Wertens.
- **Alles ist, wie es ist.** Es wird erst „gut oder schlecht“, wenn wir es dazu machen.
- Eintreten in die Energie der **Unterscheidung** bei grundsätzlicher Achtung und Wertschätzung der Situation.



Jedes Wort hat eine grundlegende Melodie, eine Energie.
Lassen wir Frieden in uns fließen.

Hoffnung stärkt

Wir sind überzeugt von

- einem guten Ergebnis.
- der Bedeutung der eigenen Beteiligung.
- der Wiederherstellung von Lebensfreude.
- dem Eintreten einer Entwicklung.
- der Wahrnehmung eines Erfolgs.
- dem Eintreten von Heilung.

Überzeugt sein von **SICH**, nicht von **ANDEREN**.

Glaube lebt durch das Vertrauen in SICH, in den göttlichen Funken in uns, in die Gnade und Liebe Gottes.



Traumatisierende emotionale Muster

Mutlosigkeit

Beziehungslosigkeit

Haltlosigkeit

Rechtlosigkeit

Wertlosigkeit

Sinnlosigkeit

Gefühllosigkeit

Zurückgezogenheit

Abgeschiedenheit

Freudlosigkeit, ...

WOHER KOMMEN SIE UND WIE SIND SIE ENTSTANDEN?



Die Traumaenergie gehört nicht in unseren Raum

- **Sie sollte nicht integriert werden.**
- Heilen wir die Herkunft unserer Muster, die in unserer persönlichen Lebenserfahrung liegen, so werden wir das Trauma nicht speichern, sondern auf der Erfahrungsebene belassen, oder das Abgespeicherte aus uns herauslösen.
- **Wir sind nicht das Trauma – wir sind nicht unser Schmerz**, sondern fühlen das, was wir erleben, um es loszulassen, indem wir uns ändern.

Entwicklung von anderen Bewusstseinsformen als Denken und Fühlen

- innere Reflexion, Meditation
- kognitive Versenkung
- auf die innere Stimme hören, Gebet
- Intuition
- Inspiration
- inneres Potential



Entwicklung von anderen Bewusstseinsformen als Denken und Fühlen

- wahres Selbst, höheres Selbst: Verbindung mit dem Kosmos
- tiefes Selbst: Verbindung mit dem Planeten Erde
- Verbindung mit dem eigenen Licht, mit der eigenen Essenz
- Inspiration auf Seelenebene
- Verbindung mit unserem göttlichen Funken, mit Gott.



Der meditative Weg zur Erweiterung unseres Bewusstseins