



"Keine Krankheit ist unheilbar"

(Mynewsdesk) Aktualisierte und erweiterte Taschenbuchausgabe von Andreas Winters "Heilen ohne Medikamente"

In der Neuauflage des Erfolgs-Titels entwickelt der Dipl.-Pädagoge und Coach Andreas Winter seine erfolgreiche Methode weiter. Demnach sei ein Symptom der stressbedingte Schutz vor der Wiederholung einer unreflektiert erlebten Bedrohung. Durch bewusste Reflexion kann es neu bewertet und damit zum Verschwinden gebracht werden.

Gesund werden mit Hilfe bloßer Erkenntnis

Bereits in der ersten Ausgabe von "Heilen ohne Medikamente" aus dem Jahr 2007 erklärte der Dipl.-Pädagoge Andreas Winter, was chronische Krankheiten mit Gefühlen zu tun haben und dass die Betroffenen schnelle und vor allem medikamentenfreie Heilungschancen haben, sofern diese Ursachen bewusst gemacht werden. Seitdem haben zahlreiche Leser und Klienten den Zusammenhang bestätigt, dass viele Beschwerden psychisch bedingt sind und durch die Verminderung von Stress wieder verschwinden können.

Hierdurch bestärkt, präzisierte Winter seinen Ansatz und entwickelte seine Methoden weiter. In dem von ihm geleiteten Coaching-Institut in Iserlohn analysiert er die biografischen Ursachen chronischer Störungen. Anschließend löst er diese Einflüsse mit einer bestimmten Gesprächstechnik wieder auf. Das allein ver helfe zur Heilung oder Verhaltensänderung: "Keine Krankheit ist unheilbar, jedes Symptom hat eine Ursache, jeder Mensch kann ohne medizinische Prozeduren kerngesund sein." Mit der aktualisierten Neuauflage will er weiter dazu beitragen, Krankheit nicht mehr als Bedrohung zu sehen, der man hilflos ausgeliefert sei, sondern deren Symptome durch gezielte Reflexion zu bekämpfen.

Eine neue Definition von Krankheit

"Ich möchte Ihnen nicht nur die Zusammenhänge zwischen Symptom und Erlebtem zeigen, sondern zudem eine Hilfestellung geben, wie Sie selbst auch Ihren eigenen Symptomursachen auf die Schliche kommen und diese unschädlich machen können." Mit diesem Anliegen wendet sich Andreas Winter gegen eine weit verbreitete Auffassung, wonach ein Mensch plötzlich und ohne eine Vorgeschichte einfach krank werden könne. Dagegen müsse man verstehen lernen, dass ein Symptom keine Krankheit ist, sondern auf einem in der Kindheit erworbenen Schutzmuster vor Stresszunahme basiere, das mit dem Bewusstsein der Reife und den Möglichkeiten eines Erwachsenen wieder verschwinde. Krankheit sei keinesfalls ein lästiges Übel, sondern immer Hinweis auf konflikthafte Lebensumstände und bevorstehende notwendige Reifeschritte.

Mit diesem Ansatz ließen sich alle chronischen und psychosomatischen Störungen erklären und sogar völlig neue und effiziente Therapiemöglichkeiten entwickeln. Entscheidend sei dabei der Unterschied zwischen Körper und Psyche bzw. zwischen echter Krankheit und psychisch motiviertem Leiden: "Eine echte Krankheit führt in ihrem Verlauf entweder zur Genesung oder zum totalen Organversagen, psychisch motivierte Leiden hingegen können dauerhaft über Jahre bestehen, ohne einem kontinuierlichen Verlauf zu folgen, denn sie sind vom Empfinden des Menschen abhängig und nicht von seiner organischen Beschaffenheit."

Selbstheilung durch Seelsorge

Daher lautet Winters prägnante Folgerung, dass man "für die Krankheit den Arzt, für die Seele den Seelsorger" benötige. Seine Coaching-Methode hat zudem den Vorteil, dass man zwar etwas Fantasie und Reflexionsvermögen braucht, aber keinen ausgebildeten Therapeuten. Man könne sich sogar selbst heilen, wenn man den Symptomen auf die Spur kommt. Wenn man weiß, welche schlimmen unterbewussten Ereignisse in der Vergangenheit die Ursache für bestimmte Stressanfälligkeiten waren, kann man diese aus heutiger Perspektive wesentlich harmloser betrachten. Damit sinkt der Stresshormonspiegel im Blut, der Mensch fühlt sich angstfreier, handlungsfähiger, und der Organismus wird abwehrstärker.

Die Eröffnungsfragen zur Analyse psychosomatischer Störungen lauten dabei stets: Was bedeutet das Symptom oder das Organ für den Betroffenen? Woran hindert das Leiden den Menschen? Und welchen taktischen Vorteil hat er davon? Diesen kann man nach der Analyse mit alternativen, reiferen Verhaltensweisen erreichen. Mit dem Werkzeug der aufdeckenden tiefenpsychologischen Analyse, so wie Andreas Winter sie seit Jahren praktiziert, entstehen wahrhafte "Detektivgeschichten der Psychologie" - spannend und meistens mit Happy End. Davon erzählen die Beispiele aus seiner langjährigen Praxiserfahrung. Zur emotionalen Vertiefung des Gelesenen findet sich im Buch ein Link zu einem Videocoaching, in dem der Autor Schritt für Schritt beim Nachdenken und Nachfühlen begleitet.

Veranstaltungstipp:

Seinen Ansatz stellt Andreas Winter auch vom 9. bis 24. März 2015 auf seiner großen Vortragstour "Heilen ohne Medikamente" vor, die ihn durch zwölf Städte Deutschlands, Österreichs und Liechtensteins führt.

Buch-Tipp:

Andreas Winter: Heilen ohne Medikamente. Chronische Krankheiten: Seelische Ursachen aufdecken und gesund werden. Selbstcoaching in zehn Schritten. Mankau Verlag, 1. Aufl. März 2015. Taschenbuch, 197 Seiten, 9,95 Euro (D) / 10,30 Euro (A), ISBN 978-3-86374-190-7.

Link-Empfehlungen:

[Informationen zum Buch "Heilen ohne Medikamente"...](#)

[Zur Leseprobe im PDF-Format...](#)

[Mehr zum Autor Andreas Winter...](#)

[Zum Internetforum mit dem Autor...](#)

Diese Pressemitteilung wurde via Mynewsdesk versendet. Weitere Informationen finden Sie im [Mankau Verlag GmbH](#).

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:
<http://shortpr.com/08n7nf>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:
<http://www.themenportal.de/gesundheit/keine-krankheit-ist-unheilbar-13862>

Pressekontakt

-

Juliane Hordenbach
Reschstraße 2
82418 Murnau

kontakt@mankau-verlag.de

Firmenkontakt

-

Juliane Hordenbach
Reschstraße 2
82418 Murnau

shortpr.com/08n7nf
kontakt@mankau-verlag.de

Unter dem Motto "Bücher, die den Horizont erweitern" veröffentlicht der im Jahr 2004 gegründete Mankau Verlag rund 20 Neuerscheinungen pro Jahr. Schwerpunkte des Verlagsprogramms sind Ratgeber aus den Bereichen Gesundheit, Heilung und Lebenshilfe.

Andreas Winter



Heilen ohne Medikamente

Chronische Krankheiten:
Seelische Ursachen aufdecken
und gesund werden

Selbstcoaching in zehn Schritten

**man
kau:**