

GESUND OHNE MEDIZIN



www.kuby.info

Clemens Kuby

GESUND OHNE MEDIZIN

Die KUBYmethode – Anleitung zum Andersdenken

Hinweis: Die in diesem Buch enthaltenen Informationen, Empfehlungen und Übungsvorschläge dienen der Erweiterung des Bewusstseins. Sie können jedoch keine medizinische Diagnose und entsprechende Behandlung ersetzen, für die im Bedarfsfall eine qualifizierte Fachperson aufgesucht werden muss. Autor und Verlag weisen darauf hin, dass Selbstbehandlung in eigener Verantwortung geschieht. Eine Haftung für Schäden jeglicher Art, die durch Missachtung dieses Hinweises entstehen, wird hiermit ausgeschlossen.

Dieses Buch basiert teilweise auf Auszügen aus dem Buch von Clemens Kuby *Mental Healing – Das Geheimnis der Selbstheilung*. Kösel, München 2010. Bis zur 3. Auflage erschien dieses Buch unter dem Titel *Mental Healing – Gesund ohne Medizin. Anleitung zum Andersdenken*.

Der Verlag behält sich die Verwertung der urheberrechtlich geschützten Inhalte dieses Werkes für Zwecke des Text- und Data-Minings nach § 44b UrhG ausdrücklich vor. Jegliche unbefugte Nutzung ist hiermit ausgeschlossen.

Bildquellen: Astrid Kuby: S. 2, 159; Fotolia.com/RF: S. 6/7 (JISGIN), S. 15 (V. Yakobchuk), S. 20/21, 49, 120 (freshidea), S. 26 (Jordi Farres), S. 30 (wajakaa), S. 39, 104 (marog-pixelles), S. 42, 77 (Yanterric), S. 52, 98, 109, 141, 151 (yvarf), S. 57 (Abstractus Designus), S. 60/61, 86/87, 123 (THesIMPLIFY), S. 72 (pressmaster), S. 83 (styleunee), S. 90 (Frank Rohde), S. 102 (IMaster), S. 113 (mtu1969), S. 116 (Mamuka), S. 129 (Thierry LAPOLLA), S. 132 (Perth), S. 139 (CLIPAREA), S. 147, 149 (vic&dd), S. 158 (iscatel)

10., aktualisierte Auflage 2026
© 2012 Kösel-Verlag, München, in der
Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Straße 28, D-81673 München
produktsicherheit@penguinrandomhouse.de
Umschlaggestaltung: Weiss Werkstatt München
Umschlagmotiv u. S. 12/13, 46/47, 80/81,
126/127: © VikaSuh/Shutterstock.com

Lektorat: Ulrike Reverej
Layout und Herstellung: Armin Köhler
Druck: Mohn Media Mohndruck GmbH,
Gütersloh
Printed in Germany
ISBN 978-3-466-34686-8
www.koesel.de

Wer *etwas*
verändern will,
kommt an
sich selbst
nicht vorbei.

INHALT

Vorwort	8
---------------	---

1 Wie ich denke, so bin ich	13
-----------------------------------	----

Geist und Materie 14

»Was sollen denn die anderen denken?« 19

Information für alle Zellen 27

Fünf Menschenbilder 33

»Lieber nicht drüber reden ...« 37

2 Entscheidung fürs Gesundsein	47
--------------------------------------	----

Die Seele will Wahrhaftigkeit und keine

Geschäftemacherei 48

Intuition – der Königsweg zur Erkenntnis 57

»Das hab ich im Griff.« 58

Die eigene Kompetenz anerkennen und einsetzen 67

»Aber einer muss sich doch drum kümmern!« 71



3 Die KUBYmethode 81

Das Seelenschreiben 82

Zwei Selbstheilungsgeschichten 106

Drehbuch für die neue Wirklichkeit 121

4 Selbstliebe ist aller Liebe Anfang 127

Mit Gefühl beginnt das Mitgefühl 128

Alles ist gut, so wie es ist 136

»Schwäche zeigen gilt nicht.« 140

»Ob ich mir das erlauben kann?« 146

Rund um den Autor 156

VORWORT

Liebe Leserin, lieber Leser,

»Gesund ohne Medizin!« Geht das überhaupt? Wozu gäbe es denn die Pharmaindustrie und das flächendeckende Ärztenetz, wenn wir uns ohne all das heilen könnten? Heilen ohne physiologische Maßnahmen und ohne Arzneimittel welcher Art auch immer, gänzlich ohne materiellen Input – das soll möglich sein?

Hätte man uns vor rund 30 Jahren gesagt, telefonieren funktioniert ohne Post und ohne flächendeckendes Leitungsnetz, wären wir sicherlich ebenfalls sehr skeptisch geworden. Kaum jemand konnte sich damals vorstellen, dass ohne stationären Apparat und ohne Telefonzelle jeder jederzeit und überall mit einem kleinen, schnurlosen Kästchen kommunizieren kann. Viele hätten es sogar noch vor ein paar Jahren für absolut unreal gehalten, mit einem solchen mobilen Gerät zum Ortstarif auf die andere Seite des Erdballs live in Bild und Ton zu gelangen! Und heute? Smartphones sind eine Selbstverständlichkeit.

Alles hat seine Zeit. Und jede Zeit hat ihren eigenen Bewusstseinsstand. Doch das Bewusstsein entwickelt sich nicht gradlinig, sondern sprunghaft. Unser kollektiver Sprung ins Kommunikationszeitalter gelang mit dem Internet. Unser Sprung ins spirituelle Zeitalter gelingt mit der Selbstheilung ohne Medizin. Mit dem spirituellen Bewusstsein ist die Materie (der Körper) dem Geist zu 100% nachgeordnet, und dadurch verfügen wir

über die Allmacht des Geistes. Dieser Bewusstseinsprung sollte kein Grund für Ängste oder Aggressionen sein, sondern Anlass zur Freude. Wir begrüßen den Wandel, denn in ihm liegt der Sinn unseres Lebens und er ist das Einzige, was bleibt.

Leider vollziehen viele den Bewusstseinswandel erst, wenn ihre alten Konzepte nicht mehr funktionieren – das bereitet Schmerzen. Mir selbst erging es nicht anders: Im Jahr 1981 war ich nach einem schweren Unfall querschnittsgelähmt. Die Diagnose lautete »Rollstuhl lebenslänglich«. Erst als mir trotz bester Betreuung niemand Hoffnung machte, dass ich je wieder laufen würde, wandelte sich mein Bewusstsein, und die medizinfreie *KUBYmethode*®, wie Sie sie hier in diesem Buch in Kurzform vorfinden, konnte entstehen. Der Bewusstseinsprung dazu wurde mir gewissermaßen aufgezwungen. Zum einen, weil ich ohne OP und ohne irgendwelche Medikamente wieder laufen konnte und zum anderen, weil ich seit meinem 21. Lebensjahr Filme mache.

Im Kino findet nämlich ebenfalls keine materielle Intervention statt, und trotzdem reagiert der Körper. Es gibt viele, die im Kino echt weinen. Bei manchen steigt sogar der Puls und das Herz beginnt zu rasen, obwohl sie bequem im Sessel sitzen, aber ihr Geist denkt: »Gleich stirbt einer.« Jeder weiß zwar, dass alles nur gespielt ist, aber die körperliche Reaktion ist eben nicht gespielt. Mir wurde sogar von einem Fall berichtet, bei dem nach einem meiner Filme eine Frau ihre Krücken im Kino »vergessen« hat und seither wieder ganz normal läuft, was zuvor niemand für möglich gehalten hatte.

Über 50 bewusstseinserweiternde Filme habe ich bisher produziert und 5 Jahre Film an der Uni gelehrt. Ich musste verstehen lernen, dass Wirklichkeit nicht »wahr« zu sein braucht, sondern Wirklichkeit das ist, was wirkt. Unser Gehirn kann nämlich zwischen Fakt und Fiktion nicht unter-

scheiden, und darin liegt das göttliche oder unvorstellbar große Potenzial, uns selbst auf rein geistigem Weg zu heilen. In den vielen Jahren meiner Seminarpraxis gibt es Unzählige, die sich mit der *KUBYmethode* rein geistig selbst von den schwersten Krankheiten geheilt haben.

Keine Mittel braucht es dafür, keine Operationen, nicht mal Hände werden aufgelegt; es müssen auch keine zwei Stellen am Körper berührt oder bestimmte religiöse Konzepte befolgt werden. Die *KUBYmethode* ändert das Menschenbild. Glaubte man bisher, man sei ein bio-chemisches Wesen, dann wurde man auch so behandelt. Mit der *KUBYmethode* erkennt man sich jedoch als geistig-seelisches Wesen, und dann spielt Medizin keine Rolle mehr; man denkt grundsätzlich nicht mehr materialistisch. Das ist mindestens ein so großer Bewusstseins-schritt wie von analog zu digital. Wer diesen Schritt nicht macht, kann ein Smartphone nicht verstehen und hängt weiterhin an seinem alten analogen Fax und Telefon. Wie mit dem Smartphone eröffnet sich mit der *KUBYmethode* eine komplett andere Welt.

Ich vermute, dass auch Sie den Wunsch hegen, ohne Medizin gesund zu werden bzw. zu bleiben oder sich zumindest einmal darüber zu informieren. Die Anleitung dafür halten Sie bereits in Ihren Händen. Erstmals greife ich dabei speziell weibliche und männliche Positionen auf, denn die Praxis zeigt, dass Frauen und Männer den Bewusstseins-sprung auf unterschiedliche Weise angehen.

Jeder kann mit diesem Buch sofort anfangen zu experimentieren. Gehen Sie am besten praktisch vor: Nehmen Sie ein Thema, das Sie gerade *jetzt* gern geklärt haben möchten. Das gilt übrigens nicht nur für körperliche Probleme, mit der *KUBYmethode* lassen sich auch schwere Beziehungs-, Arbeits- oder Geldprobleme lösen – etwas, das Sie seit langem oder aktuell sehr belastet und/oder auch schmerzt. Machen Sie dieses Problem zu

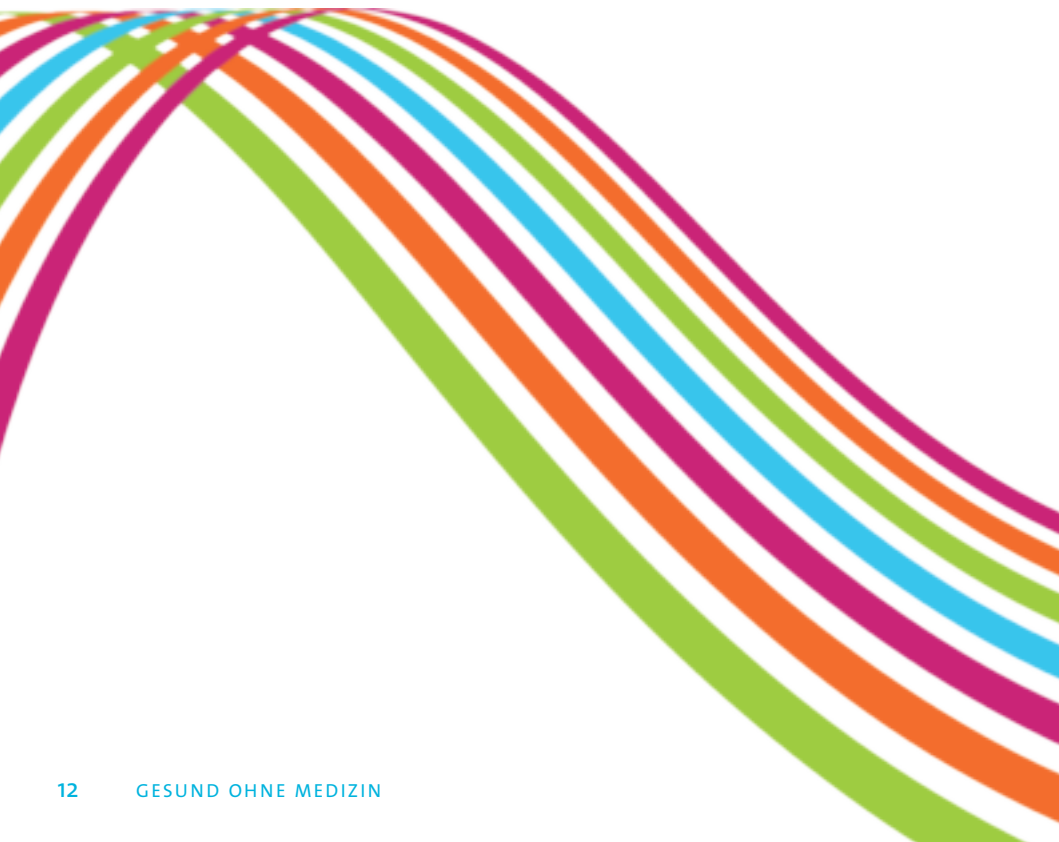
Ihrem »Projekt« und nehmen Sie es als eine Herausforderung für Ihre persönliche Entwicklung an.

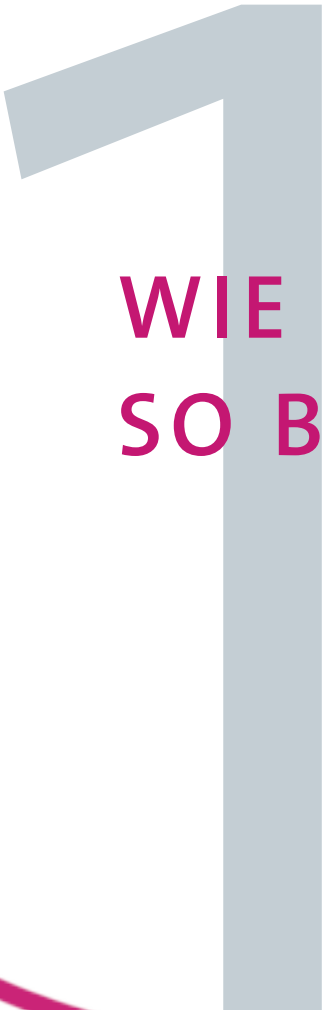
Somit machen Sie einen Nachteil zu Ihrem Vorteil. Ich zum Beispiel habe meinen Unfall als die größte Katastrophe meines Lebens betrachtet, heute ist er mein größter Schatz. Mit der *KUBYmethode* schaffen Sie das bei Ihrem Projekt auch. Gehen Sie schrittweise vor. Denken Sie daran, wie viel Zeit, Geld und Energie Sie bisher zur Symptom-Bekämpfung aufgewendet haben; wenn Sie auch nur einen Bruchteil davon für ursächliche Selbstheilung aufwenden, gelangen Sie auf eine höhere Seinsebene, auf der Sie Ihre Selbstverantwortung durch Eigenkompetenz wahrnehmen. Darüber hinaus werden Sie feststellen, dass Sie die *KUBYmethode* Ihr Leben lang verfeinern können.

Ich wünsche Ihnen dabei viel Glück und Erfolg

Ihr *Clemens Kuby*,

Herbst 2016





WIE ICH DENKE,
SO BIN ICH



GEIST UND MATERIE

Wenn wir uns Gesundheit ohne Medizin vorstellen und auch leben wollen, kommen wir nicht daran vorbei, zwei Aspekte genauer zu betrachten, die von enormer Bedeutung für körperliches und seelisches Wohlbefinden sind: Geist und Materie.

Wenn Sie Materie als den entscheidenden Ausdruck und Regulator unseres Daseins anerkennen, werden Sie auch in gesundheitlichen Fragen eher auf die Wirkung eines allopathischen oder homöopathischen Medikaments, einer Spritze, einer OP, also eines materiellen Inputs setzen, um das zu reparieren, was nicht mehr funktioniert. Sind für Sie geistige Impulse der Hauptmotor des Lebens, werden Sie nach anderen Wegen suchen, weil Sie wissen bzw. schon erfahren haben, dass der Körper auf Dauer nur gesund ist, wenn es auch die Seele ist. »Nun gut«, werden Sie vielleicht sagen, »man kann doch beiden Konzepten folgen.« In der Praxis oft noch, ja, aber welches der beiden Konzepte hat den Vorrang? Geist oder Materie: Wer ist hier der Chef? Viele glauben ja, die Materie sei der Chef und diktiert unsere Lebensumstände. Dass dies ein Irrtum ist, wird klar, wenn wir uns gemäß dem Gesetz von Ursache und Wirkung fragen: Ist Geist die Ursache von Materie oder Materie die Ursache von Geist? Die meisten Menschen sind der Meinung, Materie bräuchte keine Ursache, sie bestünde einfach aus sich selbst heraus. Das kann es in diesem Universum natürlich nicht geben, trotzdem ist diese Auffassung weit verbreitet. Sie bildet den Kern des Materialismus, dem auch die Medizin hörig ist, und prägt damit auch unseren üblichen Begriff von Heilung.

Es wird ausgegangen von einer Materie, die sozusagen aus sich selbst entstanden ist, ebenso wie wir dies mit der Geschichte vom Urknall glauben



sollen. Dies jedoch würde heißen, dass der Stuhl, auf dem ich sitze, oder das Bett, auf dem ich liege, aus sich selbst heraus ohne Ursache entstanden ist. Nicht möglich. Nicht mal vorstellbar. Wer das für möglich hält, muss daran glauben, dass irgendwann einmal ein Bett oder ein Stuhl aus dem Himmel gefallen ist. Einfach so – schwupp, da ist der Stuhl. Ich denke, Sie werden mir zustimmen, dass es niemals einen Stuhl geben würde, wenn nicht irgendjemand einmal die Idee von einem Stuhl gehabt hätte. Ohne die Idee Stuhl wäre in diesem Universum niemals ein Stuhl entstanden. Genauso ist es mit dem Bett, mit dem Baum, dem Haus, der Erde, dem Sonnensystem und so weiter.

Für alles bedurfte es eines geistigen Impulses oder einer Idee zu ihrer Entstehung, bevor eine Materialisierung möglich wurde. Ohne einen geistigen Impuls entsteht nichts, aber auch nicht das Kleinste oder Größte. Die Bibel sagt: Am Anfang war das Wort. Sie sagt nicht: Am Anfang war Materie. Das sagt übrigens auch keine einzige alte Philosophie oder irgendeine andere Religion. Schon in den hinduistischen Lehren der Bhagavad Gita, den buddhistischen Sutren sowie im Koran steht wie in der Bibel:

Am Anfang ist Geist.

Diese Hierarchie des Seins lässt sich ganz nüchtern auch aus der Chronologie der Erscheinung ableiten: Wenn wir anerkennen, dass Materie stets an Raum und Zeit gebunden ist und der Geist nicht, dann können wir uns fragen: Was war zuerst? Raum und Zeit oder Geist? Raum und Zeit sind immer ein endliches Gebilde, der Geist nicht. Geist ist ohne Anfang und ohne Ende. Also muss schon aus diesem ganz simplen Grund der Geist vor Raum und Zeit in diesem Universum vorhanden gewesen sein, und das nicht nur evolutionär betrachtet, sondern auch in jedem Moment. Diese philosophischen Grundsatz-Überlegungen sind wichtig auch für das Verständnis, wie wir auf geistige Weise Materie, sprich auch