

# Das Simonton-Gesundheitstraining

## 1. Ziele und Versprechungen

Nach Auffassung von Simonton u. a. und der einschlägigen Lektüre soll das Simonton-Gesundheitstraining

- zur Bekämpfung und Heilung von Krebs beitragen
- Angst und Stress abbauen helfen
- die Selbstheilungskräfte des Kranken aktivieren
- die Abwehrkräfte des Körpers und das Immunsystem stärken
- heilende, schöpferische und innere Kräfte oder Ressourcen freisetzen
- die soziale Kompetenz stärken
- die eigenen Bedürfnisse erkennen und durchsetzen lehren
- gedankliche Blockaden aufheben
- zur Selbsterkenntnis sowie zur Einstellungs- und Verhaltensänderung beitragen
- existenzielle Sinnfragen klären helfen u. v. m.

## 2. Grundlehren und Grundannahmen

Lehrgebäude

Nach Auffassung der einschlägigen Literatur gibt es über-natürliche Mächte und Kräfte mit personalen und quasi-göttlichen Eigenschaften. Diese unsichtbaren Wesen und Mächte können und wissen mehr als der Mensch, der behandelnde Arzt oder Schulmediziner. Simonton nennt sie „innerer Arzt“, „innerer Ratgeber“. Diese Wesen, die (angeblich) in uns, in unserem Inneren wohnen, kann man merkwürdigerweise nur im Zustand der TRANCE ansprechen und um Rat und um Hilfe bitten.

Grundkonzept

Wie alle esoterisch orientierten Konzepte ist das Grundkonzept zweistufig: In einem ersten Schritt sollen sich die Kranken selbst hypnotisieren (Trancetechniken). Im Zustand der Entspannung oder TRANCE sollen sie dann mit den genannten Wesen und Mächten Kontakt aufnehmen, kommunizieren und kooperieren (Operative Praktiken).

### **3. Grundtechniken und Grundfunktionen**

#### **1. TRANCEINDUKTION**

Das Simonton-Gesundheitstraining ist eine Trance- und Doorwaytechnik. Trance- und Doorwaytechniken führen in einen Zustand der Entspannung oder TRANCE, der die Tür (englisch: door) zu übernatürlichen Welten und Mächten öffnen soll. Dazu dienen – wie so oft –

- ein rituelles Setting, ein ruhiger Ort, gedämpftes Licht
- eine besondere (rituelle) Körperhaltung (bequem machen, evtl. aufrecht sitzen, Füße fest auf den Boden)
- Deprivationstechniken, die Abschaltung der Sinneswahrnehmung (Augen schließen)
- besondere Entspannungstechniken, so z.B. die progressive Muskelentspannung nach E. Jakobson, das wechselweise An- und Entspannen aller Muskelgruppen des Körpers ( ▶ Entspannungstechniken)
- besondere Atemtechniken, eine besondere Atmung
- Konzentrationstechniken, die volle Konzentration der Aufmerksamkeit auf einen „Punkt“.

#### **2. SPIRITUELLE TRANSKOMMUNIKATION**

Das Simonton-Gesundheitstraining ist eine Praktik der spirituellen Transkommunikation mit übernatürlichen oder transpersonalen Mächten. Im Zustand der TRANCE soll man mit dem „inneren Ratgeber“, „inneren Heiler“, „inneren Arzt“, mit einem „weisen alten Mann“, einem „Geistlichen“ oder besser: Geistwesen), einem „inneren Kind“ Kontakt aufnehmen und kommunizieren. Diesen „inneren Arzt“, den man vor dem inneren oder geistigen Auge visualisieren soll, soll man ansprechen und zur Heilung oder Lebenssituation befragen. Der „innere Arzt und Ratgeber“ antwortet mit „inneren Bildern“, Symbolen und Gesten.

#### **3. MEDIALE KONSULTATION**

Das Simonton-Gesundheitstraining ist eine Praktik der medialen Konsultation, Instruktion und Indoktrination. Im Zustand der TRANCE sollen die Kranken den „inneren Ratgeber“ um Rat bitten und seine Hinweise, Botschaften und Ratschläge ernst nehmen und kritiklos befolgen. Dieser „innere Ratgeber“ gibt sowohl Informationen über die Ursachen der Krankheit als auch Informationen über die geeignete Therapie.

## 4. MAGISCHE HEILUNG

Das Simonton-Gesundheitstraining ist ein magisches Heilungskonzept. Krebskranke sollen sich mit magischen Mitteln helfen und heilen. Dazu sollen sie im Zustand der TRANCE den „inneren Arzt“ um Hilfe und Heilung bitten. Außerdem sollen sie den Krebs und die jeweilige Krebs-behandlung visualisieren und den Krebs mit mentalen oder visuellen Mitteln bekämpfen. Dabei soll man sich zum Beispiel vorstellen, wie Killerzellen „böse Krebszellen“ an-greifen und töten.

### IV. Beurteilung und Kritik

1. Das Simonton-Gesundheitstraining ist eine hypnotische Praktik. Zu Beginn lernen die Kranken, sich selbst zu hyp-notisieren, sich in einen Zustand der Entspannung oder TRANCE zu versetzen. Trancezustände sollen das Tor zu übernatürlichen Welten und Mächten öffnen.

2. Das Simonton-Gesundheitstraining ist eine magische Praktik; es verspricht Hilfe und Heilung mit den Mitteln der Magie. Der wesentliche Unterschied zur schamanischen Heilung besteht darin, dass schamanische Heiler in der Regel selbst Kontakt zu ihren geistigen Helfern oder Hilfsgeistern aufnehmen, während hier Ärzte und Psychologen die Krebskranke lehren, wie sie mit Geistwesen Kontakt aufnehmen und kommunizieren können.

Eine Durchsicht der magischen und Hexenliteratur zeigt: Die zentralen Techniken des Simonton-Programms (Entspannung, Meditation oder Konzentration und Visualisierung) sind die wichtigsten Werkzeuge der Hexen und Magier: „Die wirklich wichtigste Fähigkeit, die notwendig ist, um erfolgreich Magie zu betreiben, ist die Kunst des Visualisierens. Sie ist die Basis der Magie“, heißt es bei der bekennenden Hexe Ansha. Aus Sicht der einschlägigen Literatur sind Visualisierungen Mittel und Medien der spirituellen Transkommunikation mit Hilfe versprechenden Göttern, Göttinnen und Gottheiten (4MAGIE).

3. Das Simonton-Gesundheitstraining ist ein quasireligiöses Heilungsprogramm. Es vermittelt den Glauben an einen übernatürlichen Heiler oder Arzt mit personalen und quasigöttlichen Eigenschaften. Der „innere Arzt“ kann angeblich auch dann noch helfen, wenn die ärztliche Kunst am Ende ist.

4. Das Simonton-Gesundheitstraining ist unwissenschaftlich und vernunftwidrig. Aus wissenschaftlicher Sicht gibt es keine „inneren Ärzte und Ratgeber“. Sie sind auch nicht Teile der eigenen Persönlichkeit, des Unbewussten oder des inneren (bzw. höheren) Selbst. Im „Unbewussten“, was immer das ist, gibt es keine Instanz mit personalen und quasigöttlichen Eigenschaften. Das ist esoterischer Unfug, der sich leider auch in den Wissenschaften und nun auch in der Schulmedizin ausbreitet.

Es gibt auch keine „inneren Selbstheilungskräfte“, die durch hypnotische und magische Praktiken aktiviert werden. Entspannungs- und Visualisierungstechniken aktivieren übernatürliche oder transzendente Mächte und Kräfte, wie uns vor allem die esoterische und die Schamanenliteratur wissen lässt.

Außerdem zeigen die Beobachtungen aufmerksamer Patienten, dass das Gesundheitsprogramm nach Simonton offensichtlich nur selten oder nie hilft. Vor diesem Hintergrund ist es absolut unverständlich, wie naturwissenschaftlich geprägte Schulmediziner dieses Programm akzeptieren und verbreiten können.

Das Simonton-Gesundheitsprogramm ist kein „ganzheitliches“, sondern ein magisches Konzept; es ist nicht „positives Denken“ (im Sinne von Optimismus), sondern magisches Denken, das unterstellt, dass „innere Bilder“, die wir vor dem inneren oder geistigen Auge visualisieren, Wirklichkeit werden. Das Simonton-Programm kommt nicht aus der Motivationspsychologie, sondern aus der Hexenliteratur; es ist nicht „Psychoonkologie“, sondern Magie, Magie in einem pseudowissenschaftlichen Gewand.

5. Das Simonton-Gesundheitstraining ist nicht ungefährlich. Wie alle magischen Praktiken kann es das körperliche, das seelische und auch das geistige Wohlbefinden massiv beeinträchtigen und vor allem den Geist verwirren. Letzteres zeigt allein schon der Glaube, man könne den Krebs mit Hilfe von „inneren Bildern“ oder Visualisierungen bekämpfen. Wenn „innere Bilder“ oder Visualisierungen helfen und heilen können, dann stellt sich die Frage, warum sie nicht helfen, einen Lotto-Gewinn herbei zu visualisieren.

6. Das Simonton-Gesundheitstraining ist ein antichristliches und okkultes Gesundheitsprogramm. Es verstößt gegen den christlichen Glauben und gegen das Wort Gottes. Christlicher Glaube und Magie schließen einander aus. Magie und Hexerei sind dem Herrn ein Gräuel. Aus christlich-biblischer Sicht öffnen hypnotische und magische Praktiken immer nur die Tür zum Reich und zu den Mächten der Finsternis, zu Lügengeistern, die immer nur kommen zu stehlen, zu zerstören und zu töten (Joh 10,10). Insofern haben die angerufenen Mächte kein Interesse an einer dauerhaften Heilung. Aus christlich-biblischer Sicht sucht man Rat und Hilfe bei einer übernatürlichen Macht, beim göttlichen Widersacher.

Die Bibel lehrt, dass wir GOTT und nur Gott um Rat und um Hilfe bitten sollen, und „keine anderen Götter“ (Erstes Gebot). Auch Gott kann Krankheiten heilen, wenn Er will. Magier wollen göttliche Mächte zwingen, nach dem Motto „Mein Wille geschehe“; gläubige Christen beten im Vaterunser noch immer: „Dein Wille geschehe.“ Vielleicht möchte Gott die Krankheit und auch den frühen Tod, vielleicht zeigt sich gerade darin Seine Liebe und Weisheit: Wer kann das wissen? Wer kann es wagen, sich Gottes Willen entgegen zu stellen? Im Übrigen können auch das Gebet und der Glaube an Gottes Liebe und Weisheit die Angst vor dem Tod nehmen. Auch und gerade Gott kann inneren Frieden schenken.

Faszinierend und zugleich erschreckend ist die Tatsache, dass Millionen Menschen, die die Existenz Gottes entschieden bestreiten würden, überzeugt sind, dass in ihrer Seele ein personales Wesen haust, das die gleichen Eigenschaften hat wie der Gott der Bibel.

7. Die Simonton-Bewegung hat den Charakter einer weltumspannenden Sekte. Simonton hat eine fanatische „Fan-Gemeinde“, die Simonton als Heilsbringer und spirituellen Führer verehrt.

## **V. Empfehlung**

Vermeiden Sie die Teilnahme am Simonton-Gesundheitstraining. Es handelt sich um eine erste Einführung in die Lehren und Praktiken der Magie. Die gleiche Kritik und Empfehlung gilt für das Bochumer und für das Hildesheimer Gesundheitstraining.

Am Schluss stellt sich nicht nur für gläubige Christen die Frage: Was nützt es, wenn ich für einige wenige Jahre gesund werde, aber meine Seele und mein Heil verliere und ewige Pein erleiden muss?

*Refra, Juli 2009*

Literaturnachweis: Simonton/Simonton/Creighton: Wieder gesund werden. Reinbek bei Hamburg 2002.

## **VI. Vertiefungsliteratur**

Franzke, R.: Magie. Lage 2008

Ders.: Was ist Schamanismus. Lage 2008

Ders.: Visualisierung – Hilfe durch innere Bilder? Lage 2008