

Auf unserer Mentalebene werden Programme gespeichert, die wir im Alltag routiniert und meistens unbewusst nutzen, um den Alltag erfolgreich zu bewältigen. Viele dieser unbewussten Programme sind sehr nützlich, sonst müssten wir jedes Mal wieder von vorne lernen, wie man sich beispielsweise die Zähne putzt, wie man ein Eis schleckt oder dass die Herdplatte heiß wird, wenn man sie anschaltet. Das haben wir als kleine Kinder aus eigener Erfahrung erlernt, um heute als Erwachsene mit diesen Situationen entsprechend routiniert und erfolgreich umzugehen. Dieser routinierte und erfolgreiche Umgang mit einer wiederkehrenden Situation entspricht einem Programm auf der Mentalebene.

Auf dieselbe Art und Weise haben wir als Kinder Programme entwickelt, die uns heute im Alltag weniger nützlich sind. Das zeigt sich beispielsweise in Situationen, in denen wir uns unpassend verhalten. Oder das sind beispielsweise Verhaltensweisen, die uns bewußt oder unbewußt stören, die kontraproduktiv sind und Verhaltensweisen, die zu Krankheiten führen. Für das damalige Alter sind das Beste, was wir zu tun vermochten. Für unser heutiges Alter benötigen viele unserer Programme ein update oder gehören vollständig gelöscht.

In Stresssituationen mit beispielsweise unseren Eltern entwickeln wir spezielle altersgemäße Verhaltensweisen und speichern diese als Programm auf der Mentalebene ab. Damit wenden wir dieses bis heute in unserem Alltag ebenfalls unbewusst an. Das können beispielsweise Fluchtverhalten, Nacken einziehen oder Ablenkungsmanöver sein. Diese Reaktionen zeigen wir unbewusst nicht nur unseren eigenen Eltern gegenüber, sondern auch bei allen sich ähnlich verhaltende Personen, wie unsere Eltern, das können beispielsweise Liebespartner, Chefs, Politiker und eigene Kinder sein. Diese gespeicherten Programme sind häufig die Ursache für Schwierigkeiten in Beziehungen mit anderen Menschen. Um diese Schwierigkeiten zu beheben, brauchen unsere veralteten Programme eine Aktualisierung oder eine Archivierung, weil sie für unser heutiges erwachsenes Alter völlig unpassend sind. Diese Möglichkeiten der Programmaktualisierung bietet uns die Mentalheilung.

Wir erkunden für jede spezielle Situation die jeweilig individuelle Ursache und bearbeiten diese mit der Mentalheilung im Geist. Störende Situationen, auf die wir die Mentalheilung anwenden,

stören danach als Situation nicht mehr oder sie kommen in dieser Form nicht mehr vor. Wir entwickeln eine völlig neue Art des Umgangs mit unseren Mitmenschen und werden selbstbewusst. Wir erlangen ein mehr an innerer Zufriedenheit und lernen, mit stressigen Situationen gelassen umzugehen und gelangen so zu mehr Glück und Freude in unserem Leben.