

Der Kurs, das Resultat von Erfahrung und Nachdenken, möchte zum Entdecken und zum Begreifen anregen, das jeder sein eigener Baumeister ist. Die Autoren sind Herr und Frau Lippuner, die ersten Hefte sind von Herrn Lippuner, als Psychologe und Geisteswissenschaftler nahm er sich den Anliegen der Menschen an. Er hat gesehen, dass Schwierigkeiten und Probleme vom falschen Denken kommen. Immer wieder fragte er sich: wo kann ich die Leute hinschicken um das richtige Denken zu lernen? Immer mehr Stimmen sagten ihm: Das erwarten wir von ihnen!

Zeugnisse und Anerkennungen aus allen Kreisen, Schichten und Berufen beweisen den Bedarf dieses Werkes. Aus der Praxis von Frau Lippuner ist ein Fortsetzungskurs entstanden, der in den bestehenden Kurs eingebaut wurde, die Ergänzungshefte 13 und 14.

Der Kurs ist seit den 1960er Jahren bekannt unter dem Titel: Das Wunder der täglichen 7 Minuten - ein Weg zu vollkommener Gesundheit, Glück und Erfolg. Die Psychogymnastik ist die Grundlage von diesem Kurs, eine Methode die auf einer ganzheitlichen Psychosomatik aufgebaut ist, mit dem Ziel der Verinnerlichung um Gesundheit, Glück und Wohlstand zu verwirklichen. Wir tragen alle ein Gesetz in uns, das mit dem Willen des Höchsten übereinstimmt. Richten wir uns danach aus dann können diese Glücksgüter erfüllt werden.

Gesetz nicht kennen, sie leben in Angst, Unwissenheit, Aberglauben und allen Arten von Negativitäten. Darum ihre Probleme, Schwierigkeiten und Krankheiten. Die täglichen 7 Minuten sind eine Zusammenfassung, die Anleitung für die tägliche Anwendung. Wir bringen uns in Harmonie mit Geist, Seele und Körper, in dieser Einheit harmonisiert und funktioniert alles in vollkommener Ordnung, in dieser Einheit geschehen Wunder.

Wunder sind in jedem Menschen. Wenn der Mensch diese Wahrheit kennen lernt und sie in seinem bewussten Denken anwendet, dann sind es keine Wunder mehr, sondern natürliche Tatsachen. Natürliche Tatsachen deshalb, weil wir immer mehr erkennen dass es kein besseres Mittel gibt, unsere Schwierigkeiten zum verschwinden zu bringen als unsere positiven Gedanken. Wer sie in sein Leben einbaut hat einen doppelten Gewinn 1. vermehrt er die inneren Kräfte und 2. sein Glück und seinen Erfolg. Wer diese täglichen Übungen macht muss nicht auf Wunder warten, sie treten automatisch in ihr Leben ein.

Der Kurs beinhaltet das mentale Bewusstsein und das intuitive, wunderwirkende Bewusstsein. Wir beginnen mit den Gedanken. Wenn du weißt wie Gedankenkräfte wirken können deine Wünsche erfüllt werden. Du kannst deine Gedanken zu dem lenken was du willst, und das vermeiden was du nicht willst. Die Macht der Gedanken zu verstehen ist etwas vom Wichtigsten auf diesem Weg. Wenn eine Buchhalterin das ein mal eins nicht gelernt hat, stimmt ihr ganzes Zahlengebäude nicht. Ebenso verhält es sich mit den Gedanken. Wenn wir ihre Wirkungsweise nicht verstehen können wir keine richtigen Resultate und auch keine Beweise erbringen für die Richtigkeit. Die Gedankenbeherrschung ist die einzige Methode, die wirklich zum Ziel führt. Du hast den Schlüssel in der Hand, dein Schicksal selbst zu bestimmen.

Kranke Gedanken, kranke Menschen. Gesunde Gedanken, gesunde Menschen. Wer gesund und glücklich sein will, muss sich selbst in jeder Minute als gesund, als strahlend in harmonischer Ausgeglichenheit empfinden. Krank und unglücklich ist nur wer sich mit krankmachenden Gedanken herumschlägt. Einen Pechvogel nennt man den, der diese Gesetze nicht kennt. Sicher ist, das positive, aufbauende, harmonische Gedanken auch ein positives, harmonisches Schicksal gestalten. Und das bedingt das wir unserem Nächsten und der Umwelt mit gutem Willen entgegen treten. Für jede, die etwas davon versteht sind diese Worte ganz klar und wahr. Wie sieht es aber für diejenige aus, die von diesen Gesetzen keine Ahnung hat? Ist sie von einem günstigen Schicksal völlig ausgeschlossen? Ganz sicher ist jedenfalls, das sie sich auf schiefer Ebene befindet, sie ist gefährdet. Jeder Mensch geht solange abwärts solange sie die inneren Kräfte nicht kennt. In den Moment wo sie sie wahrnimmt sehen wir sie automatisch aufwärts gehen.

Ich arbeite seit 2001 mit diesem Kurs in meiner Praxis zum Ausgleich Körperlich, Seelisch und Geistiger Gesundheit, seit 2008 leite ich den Kurs, der über 2 Jahre in einer Gruppe geht, mit monatlichen Treffen, abgeschlossen bei einer 5 Tage Klausur, der Prüfung.

2000 gelangte ich mit stark angegriffener Gesundheit zu meiner Lehrerin Katharin Barth. Sie führte mich mit der Methode der Psychogymnastik in kurzer Zeit aus meinem negativen Denken heraus im mein reich begabtes, von Wunder erfülltes Leben. In den Jahren seit meiner Begegnung mit der Psychogymnastik konnte ich vielen Menschen aus Krankheit, Zerrütteten Verhältnissen oder Verzweiflung helfen.

Meine erste Ausbildung erhielt ich ab 1998 in der Methode Gesund durch Berühren von Herbert Strupreiter. Durch Schamanisches Erwachen geleitete mich Gabi Lindenberg. Einen Zugang zur Traditionellen chinesischen Medizin erhielt ich durch DDr. Josef Fallbacher. Mit der Lehre aus den Veden machten mich Veronika Winkler und Michael Perin bekannt. Als die Rohrflöte mir im Traume erschien begegnete ich Denis Mete und Rahim Oruc Güvenc, die mich in der Kunst der orientalischen Musik unterwiesen und mich in die Mystik des Islam einführten.

Die Psychogymnastik ist mir auch deshalb so lieb weil die verschiedenen Begabungen die ich in unterschiedlichen Weltreligionen und Kulturkreisen entfalten konnte immer integrierend und bestätigend meine Entwicklung begleitet. Mein Lebensweg war zuweilen holprig und so ist die tägliche Anwendung der Psychogymnastik mein großes Erfolgsgeheimnis.

