



# YEP! - Newsletter

Nr. 12 - September 2011

## **Gesundmachendes, Erleuchtendes, Medi-zynisches, Lustiges und Spannendes von Dr. Yves E. Patak**

Liebe Leserinnen und Leser!

Was macht man im September? Nun, man macht sich Gedanken. Nach einem herrlich saftigen Frühling und einem mit viel Wasser gesegneten Sommer neigt sich das Jahr allmählich schon wieder dem Ende zu. Und auch wenn es dies schon über vier Milliarden Mal getan hat, überkommt uns - noch vor der Oktober-Melancholie und dem November-Blues - ein inneres Bilanzziehen. Die Frage ist nur: Soll das so sein?

Am 11. September vor 10 Jahren fand das Attentat auf das World Trade Center statt, ein Ereignis, das die Menschheit wohl so aufgerüttelt hat wie der Abwurf der ersten Atombombe. „Selbst ein dummer Stänker wird ein stummer Denker, wenn er so viel Grauses hört und schaut“, wie Heinrich Seidel es ausdrückte. Doch zurück zur Gretchenfrage: ist es denn gut und weise, wenn wir über unsere Vergänglichkeit, über frühere Katastrophen und zukünftige Verhängnisse grübeln? Nun... vielleicht.

Einerseits fördert Nachdenken - zumindest bei gewissen Zeitgenossen - den Bewusstwerdungsprozess, und nach einigen Quellen ist dies immerhin der Sinn unseres Lebens. Andererseits wären wir mit obiger Thematik wieder nahe an der menschlichen



Sensationsgier. Warum wir uns überhaupt täglich die (schlechten) Nachrichten zu Gemüte führen und den Tag damit verbringen, über die Scheusslichkeiten dieser Welt zu reden, haben wir bereits in einem früheren Newsletter besprochen. Doch nun kommt wieder einmal der dicke Hund. Der Hund der Quantenphysik. Wenn die gescheiterten Nachfolger von Einstein, Heisenberg, Schrödinger und all jenen Genies auch nur im Ansatz recht haben, dann sind unsere Gedanken eine Energieform, die etwas bewirken kann. Im Kollektiv noch viel mehr als im Einzelnen. Was würde das nun in Bezug auf die Katastrophe vom 11. September 2001 bedeuten? Schlimmstenfalls ein klassischer Fall von sich selbst erfüllender Prophezeiung! Was geschieht wohl, wenn (um eine Zahl zu nennen) eine Milliarde Menschen sich in den nächsten Tagen mental mit diesem Unglück beschäftigen, den Terrorakt Revue passieren lassen und gleichzeitig weitere Anschläge erwarten? Was für Resonanzen könnte das erzeugen?

Der Mensch ist, was er isst, sagen die einen.

Der Mensch ist, was er denkt, sagen die anderen.

Die Welt ist, was die Menschheit denkt - behaupte ich.

Kommentare dazu willkommen!

Herzlichst,

Yves Patak

## Nehmen Sie die Wette an...?



Moooment... so leicht kommen Sie nicht davon! Nach dem Intro dieses Newsletters möchte ich Sie zu einer sportlichen Wette herausfordern: *Bevor* Sie sich (aus reiner Routine) darauf einlassen, mit Dutzenden von Mitmenschen über das Desaster vom 11. September zu diskutieren, darüber zu debattieren, ob die bösen

Terroristen wohl am 10. Jahrestag erneut zuschlagen und wie viele Tote es wohl diesmal geben wird... warum nicht jedes Gespräch, jeden Gedanken zu diesem Thema im Keime ersticken? Sind Sie *sicher*, dass Sie - indem Sie sich diesem Thema widmen - keinen

weiteren Schaden anrichten? Warum sich nicht einfach auf irgendetwas Erfreuliches fokussieren - jetzt, im September - *und für den Rest Ihres Lebens?*  
Top - die Wette gilt!

## Dr. Nahtlos, Dr. Sägeberg und Dr. Hein

Hand aufs Herz: wer hatte nicht schon mal eine seltsame neue „Krankheit“, die weder vom Hausarzt noch vom Internet durch eine Blitzdiagnose benannt werden konnte? Wenn es um unsere Gesundheit geht, hört der Spass auf - weshalb es höchste Zeit wird, eines meiner medizinischen Lieblingslieder in diesem Newsletter einzubringen. Reinhard Mey verstand es, den oft bedrohlichen Spiessrutenlauf durch die ärztlichen Departemente in einem wunderbar humorvollen Song zusammenzufassen. Leider kann ich hier nur den Text veröffentlichen, weil EMI das Video aus urheberrechtlichen Gründen gesperrt hat. (Wenn wir hier bei Facebook wären, gäbe dies für EMI nun ein grosses „thumbs down“!).

Hier der Text: [Dr. Nahtlos](#)

PS: wenn Sie das Lied irgendwo herunterladen oder als Oldie kaufen können: tun Sie's!  
Es lohnt sich! :)

## Wochenend-Tipp für die Seele: Systemisches Aufstellen

Am 10./11. September 2011 führe ich wieder - zusammen mit der vom Fernsehen bekannten Astrologin und Coachin Tiziana Della Tommasa - ein „*Systemisches Aufstellen*“ durch. Immer wieder staunen vor allem „verkopfte“ Teilnehmer, dass energetisch wirklich „etwas geschieht“ und sich Emotionen und Lebensgefühl erstaunlich rasch verändern können.

Mehr dazu: [hier](#)





## Der Ring des Königs

Ein mächtiger König, der über viele Länder herrschte, konnte sich den Luxus leisten, weise Menschen zu seinen gewöhnlichen Dienern zu haben.

Und dennoch fühlte er sich eines Tages ratlos und rief seine Weisen zu sich.

Er sagte: „Ich weiß nicht warum, aber irgendetwas in mir verlangt nach einem besonderen Ring, einem Ring, der mir mein inneres Gleichgewicht zurück gibt. So einen Ring brauche ich - und er muss folgende Eigenschaften haben: Wenn ich unglücklich bin, muss mich sein Anblick froh, und wenn ich froh bin, muss er mich traurig machen können.“

Die weisen Männer hielten Rat und dachten tief darüber nach. Schließlich entschieden sie, wie dieser Ring beschaffen sein müsse, um dem Wunsch ihres Königs zu entsprechen. Der Ring, den sie anfertigen ließen, trug die Inschrift: „Auch das geht vorüber.“

(Aus den Weisheiten des Orients & Okzidents)

## Shrieking Tree

(zu Deutsch: Schrei-Baum)

In einem Roman las ich einmal von einem Helden, den kaum jemals etwas aus der Ruhe brachte. Doch manchmal war selbst er mit den Nerven und seinem Latein am Ende. Und für diese seltenen Fälle, in denen ihm das Leben wirklich allzu übel zuspielte, hatte er tief im Wald seinen privaten „Shrieking Tree“: einen Baum, den er jederzeit aufsuchen und so lange anschreien konnte, bis jede Wut, jede Frustration und Bitterkeit restlos verfliegen war. Der Baum nahm diese Energie bereitwillig auf, um „seinen“ Menschen davon zu befreien.



Machen Sie doch demnächst einen schönen, langen Waldspaziergang - und finden Sie Ihren eigenen, privaten *Shrieking Tree*! Vielleicht erspart Ihnen dieser Baum Magengeschwüre, Migräne und jahrelange Sitzungen beim Psychiater!

## **YEP!-Newsletter gratis abonnieren:**

° Ich möchte den YEP!-Newsletter ab sofort gratis abonnieren: bitte [hier klicken](#).

° Ich möchte den YEP!-Newsletter meinen Freunden weiterempfehlen (oder meine noch-Freunde damit ärgern) = [hier klicken](#) und Email-Adresse des Opfers einfügen.

° Für Kommentare: bitte [hier klicken](#)

° Ich möchte auf weitere Erleuchtung (ewige Glückseligkeit, den Eintritt ins Nirwana, Migros-Cumulus-Punkte etc.) verzichten und den YEP!-Newsletter ab sofort nicht mehr empfangen: bitte [hier klicken](#).



Verantwortlich für den Inhalt des YEP!-Newsletter:

Dr. Yves E. Patak

Bäumliweg 5

8157 Dielsdorf

[ypatak@bluewin.ch](mailto:ypatak@bluewin.ch)

Tel: 044 362 39 39

### **Post Scriptum**

Derjenige, der etwas zerbricht, um herauszufinden, was es ist, hat den Pfad der Weisheit verlassen.

J.R.R. Tolkien

Die Erfahrung ist wie eine Laterne im Rücken; sie beleuchtet stets nur das Stück Weg, das wir bereits hinter uns haben.

Konfuzius

Man kann vieles unbewusst wissen, indem man es nur fühlt aber nicht weiss.

Fjodor Michailowitsch Dostojewski