







© 2023 Samuel Samiris

Lektorat von: Sami Duymaz

Coverdesign von: Sami Duymaz

Satz & Layout von: Michaela Franz

Herausgegeben von: Sami Duymaz

Autor Dr. Prof. Samuel Samiris (Pseudonym)

Druck und Distribution im Auftrag des Autors:

tredition GmbH, Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926  
Ahrensburg, Germany

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Für die Inhalte ist der Autor verantwortlich. Jede Verwertung ist ohne seine Zustimmung unzulässig. Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag des Autors, zu erreichen unter: Sami Duymaz, Hauptstr.27, 95182 Tauperlitz, Germany.

Die Psyche verstehen und die Selbst-  
heilung entfalten.

## Autor und Buchbeschreibung

Samuel Samiris, der Autor dieses fesselnden Werkes, hat sich zum Ziel gesetzt, sachlich und dennoch einfühlsam über den Nervenzusammenbruch zu schreiben. Der Leser soll ein Verständnis für diese psychische Herausforderung entwickeln, auch wenn er sie selbst nicht unmittelbar nachempfinden kann. Samiris hebt hervor, dass Medikamente, insbesondere Tabletten oft lediglich Symptome dämpfen oder beruhigen, ohne die eigentlichen Ursachen anzugehen.

Dies psychisch anzugehen wäre und ist enorm zeitaufwändig. Doch es könnte auch anders praktiziert werden.

Das Buch nimmt den Leser mit auf eine Reise tief in die Psyche des Menschen und dessen Erlebnisse. Es zeigt auf, dass in der medizinischen Welt oft zu wenig Aufmerksamkeit für Aspekte der Psyche aufgebracht wird, die bisher unbekannt oder unterschätzt sind. Dabei betont Samiris, dass das Unverständnis für die Psyche ein zentraler Grund ist.

Die Psyche zu studieren bedeutet nicht zwangsläufig, sie wirklich nachempfinden zu können, ähnlich wie ein Arzt, der nie Hunger erlebt hat, das Gefühl von furchtbarem Hunger nicht wahrhaftig verstehen kann.

In den Arztzimmern geschieht alles zu schnell, Diagnosen werden gestellt und Medikamente verabreicht, während der emotionale Aspekt meist übersehen wird. Dieser Fokus Zeitmangel der Ärzte führt zu immer schnelleren Abwicklungen und zu enormen Wartezeiten für die Patienten, die bis zu einem Arzttermin entweder genesen oder sich verschlimmern können. Samiris betont, dass dies nicht notwendig wäre, wenn die Selbstheilungskräfte aktiviert werden könnten, auch wenn dies unter Umständen langwierig und komplex Aufklärung bedeutet.

Die Intention des Autors wird durch die Betonung der Notwendigkeit, die Psyche zu verstehen und auf den emotionalen Aspekt einzugehen, klar. Er möchte den Leser dazu bringen, die Selbstheilungskräfte zu erkennen und zu aktivieren, um eine tiefere, ganzheitliche Betrachtung der Psyche zu fördern um sich selbst zu reflektieren und zu heilen.

Samuel Samiris fordert in seinem Buch dazu auf, herkömmliche Ansätze zu überdenken und einen umfassenderen Blick auf die menschliche Seele zu werfen. Er argumentiert, dass die Probleme, insbesondere im Bereich psychischer Gesundheit, in der Seele selbst entstehen und dementsprechend auch nur dort im Allgemeinen gelöst werden können. Die heutigen Fachärzte sehen sich mit enormen Herausforderungen konfrontiert, die den Rahmen ihrer Möglichkeiten sprengen. Samiris hingegen ist überzeugt, dass dies nicht notwendig wäre, wenn den Menschen beigebracht wird, an sich zu arbeiten und ihre Psyche zu verstehen. Er ist der Ansicht, dass durch Erkenntnisse und Selbstreflexion Heilungskräfte freigesetzt werden können, die eine effektive und nachhaltige Lösung für psychische Gesundheitsprobleme bieten.

Samuel Samiris fordert in seinem Buch dazu auf, herkömmliche Ansätze zu überdenken und einen umfassenderen Blick auf die menschliche Seele zu werfen. Er argumentiert, dass die Probleme, insbesondere im Bereich psychischer Gesundheit, in der Seele selbst entstehen und dementsprechend auch nur dort im Allgemeinen gelöst werden können.

Die heutigen Fachärzte sehen sich mit enormen Herausforderungen an Patienten konfrontiert, die den Rahmen ihrer Möglichkeiten sprengen. Samiris hingegen ist überzeugt, dass dies nicht notwendig wäre, wenn den Menschen beigebracht wird, an sich zu arbeiten und ihre Psyche zu verstehen.

Er ist der Ansicht, dass durch Erkenntnisse und Selbstreflexion Heilungskräfte freigesetzt werden können, die eine effektive und nachhaltige Lösung für psychische Gesundheitsprobleme bieten. Auch wenn dies nur ein Teil betrifft, entlastet es die Kassen und den Menschen selbst.

In seiner tiefgreifenden Betrachtung geht Samuel sogar einen Schritt weiter und argumentiert, dass Menschen, die sich selbst geholfen haben, eine nachhaltige Veränderung erfahren und dadurch weniger anfällig für ähnliche psychische Herausforderungen sind. Er betont die transformative Kraft der Selbstheilung und vermittelt die Überzeugung, dass einmal gewonnene Erkenntnisse und die aktive Arbeit an der eigenen Psyche eine Art immunisierende Wirkung entfalten können.



Damit weist Samuel auf die Möglichkeit hin, nicht nur akute Probleme zu bewältigen, sondern langfristig eine resilientere und widerstandsfähigere Psyche zu entwickeln.

Samuel Samiris argumentiert überzeugend in seinem Buch, dass der Einsatz von Alkohol, um persönliches Leid zu unterdrücken, ebenso wenig sinnvoll ist wie die Verwendung von Medikamenten, um Probleme zu betäuben, während man auf die Zeit hofft, dass sie alle Wunden heilt. Er betont, dass solche kurzfristigen Lösungen lediglich Symptome unterdrücken, ohne die eigentlichen Ursachen anzugehen. Die Hoffnung, dass die Zeit alles heilen wird, wird von Samiris kritisch hinterfragt, und er setzt stattdessen auf die Wichtigkeit von Selbstreflexion, Verständnis der eigenen Psyche und aktiver Arbeit an persönlichem Wachstum als nachhaltige Wege zur Bewältigung von psychischem Leid.

Samuel ist sich durchaus bewusst, dass seine Methode möglicherweise nicht auf alle Fälle gleichermaßen umsetzbar ist. Dennoch glaubt er fest daran, dass seine Ansätze einer Vielzahl von Menschen helfen können. Sein Verständnis der Selbstheilungskräfte und die Betonung der aktiven Aus-

einandersetzung mit der eigenen Psyche sind als Werkzeuge gedacht, die eine breite Palette von individuellen Herausforderungen bewältigen können. Durch diese Überlegung unterstreicht Samuel die Vielseitigkeit seiner Methode und ihre Fähigkeit, einen positiven Einfluss auf verschiedene Menschen und ihre Lebensumstände zu haben.

## **Die Beschreibung eines Nerven Zusammenbruchs.**

Ein Nervenzusammenbruch, auch als emotionale oder psychische Krise bezeichnet, bezieht sich auf einen Zustand, in dem eine Person nicht mehr in der Lage ist, angemessen auf Stressoren zu reagieren und emotionale Belastungen zu bewältigen. Es ist wichtig zu beachten, dass der Begriff „Nervenzusammenbruch“ nicht als medizinische Diagnose verwendet wird, sondern eher eine umgangssprachliche Beschreibung für eine schwerwiegende emotionale Erschütterung darstellt.

Typischerweise geht ein Nervenzusammenbruch mit einer überwältigenden Belastung, starken emotionalen Reaktionen und oft körperlichen Symptomen einher. Die Anzeichen können von Person zu Person variieren, können aber beinhalten:

Intensive emotionale Reaktionen: Starke Angst, übermäßige Traurigkeit, Panikattacken oder intensive Wut können auftreten.