



 Die **6** Wahr-  
heiten

Workbook

# Kapitel 1:

## Eine neue Normalität

### Lektion 1:

Suche nach uns selbst

Wissenschaft und Spiritualität vereinen Meine Damen und Herren, geben Sie bitte einen warmen Applaus für Gregg Braden! Danke. Danke. Guten Morgen. Ich muss fragen, seid ihr so glücklich in diesem Raum zu sein wie ich? [Applaus] Ich weiß es nicht. Ihr müsstet schon sehr glücklich sein, um glücklicher als ich zu sein. Denn ich habe wortwörtlich mein Leben lang darauf gewartet, um diesen Kurs mit euch zu teilen und euch das zu sagen, was ich in diesem Kurs mit euch teilen werde.

Wie einige unter euch wissen, mache ich diesen Kurs auf die eine oder andere Weise seit 30 Jahren. Mein erster Vortrag vor einem Live-Publikum, da hatte ich noch nicht mal ein Buch, war 1986 in Colorado. Und ich habe da noch in Unternehmen gearbeitet, und tat das eher nebenher. Und ich erzähle euch jetzt, wie es zu dem Wechsel kam, wie ich von der Arbeit in Unternehmen zu dem kam, was ich jetzt mache. Ich möchte damit beginnen, worum es in dem Kurs eigentlich geht. In ihrer wahrhaftigsten Form ist Wissenschaft dergestalt, dass sie ständig mit neuen Informationen aktualisiert wird. Denn wir fragen die Wissenschaft danach, mehr über uns zu erfahren, über unsere Beziehung zu unserem Körper, zueinander, zur Erde, zu der Vergangenheit, zur Zukunft.

Wie die Dinge in dieser Welt funktionieren. Wissenschaft findet uns neue Antworten und sie bietet uns diese neuen Antworten an. Und manchmal haben wir – also nicht ihr und ich – aber manchmal haben wir als Gesellschaft eine so starke Verbindung zu einer anderen Antwort, dass wir die neuen Entdeckungen nur widerwillig annehmen möchten. Und weil das so ist, gibt es eine Tendenz dazu, bei einer Narration hängen zu bleiben einer wissenschaftlichen Narration, die von uns und unserer Beziehung zur Welt handelt. Und wenn man innerhalb der letzten 150 Jahre irgendwo im Westen aufgewachsen ist, ... was ich sagen will, ist, dass ihr und ich, wir stecken da gemeinsam drin. Wir sind das Produkt einer Denkweise, die auf wissenschaftlichen Annahmen beruht, die sich inzwischen als falsch herausgestellt



haben. Wir wissen aus Experten geprüften wissenschaftlichen Magazinen, dass das falsch ist. Allerdings gibt es Zögerlichkeit, bisweilen sogar Widerstand, diese Erkenntnisse in den Mainstreammedien, in Schulen und in Lehrbüchern zu verbreiten. Das bedeutet aber, dass wir nun neue Generationen mit dem gleichen Glauben an Prinzipien nicht nachhaltiger Wirtschaftsprinzipien, Energieversorgung, Landwirtschaft, sozialer Interaktion, Familien und Beziehungen erziehen.

Die gleichen unhaltbaren Denkmuster! Wir pflanzen die gleichen unhaltbaren Denkmuster in eine neue Generation, während wir dieser Generation auferlegen, Probleme zu lösen, die wir hinterlassen. Und diese Probleme existieren aufgrund der unhaltbaren Denkmuster, die wir angenommen haben, während wir die Welt um uns herum erschufen. Wissenschaft also. Ich möchte zunächst damit beginnen zu sagen, dass ich denke, Wissenschaft ist gut. Ich bin ein Wissenschaftler. Ich bin studierter Geowissenschaftler, Geologe. Und ich bin gewiss der Erste, der zugibt und anerkennt, dass Wissenschaft nicht alle Antworten hat. Die Wissenschaft sagt uns, wie die Dinge funktionieren.

Die Funktionsweise der Atome und subatomaren Teilchen und Moleküle und Zellen, wie die funktionieren. Die Wissenschaft sagt uns, wie die Dinge funktionieren. Aber Wissenschaft kann uns nicht sagen, wie wir dieses Wissen in unserem Leben anwenden können. Das ist es, wo wir es uns meiner Meinung nach schuldig sind, die Weisheit all jener zu ehren, die vor uns kamen. Die Weisheit von 5.000 Jahren alter, indigener Traditionen. Die kannten sich nicht so sehr mit Wissenschaft aus, aber sie verstanden uns, und sie verstanden unsere Beziehung mit der Welt. Die wussten, wie man in schwierigen Zeiten überlebt. Und statt die Zeit damit zu verbringen, verstehen zu wollen, warum die Dinge so sind, wiesie sind, bevorzugten unsere Vorfahren es, diese Erkenntnisse anzuwenden, so dass sie gesündere Leben für sich selbst, ihre Familien und ihre Gemeinschaften führen konnten.

Für mich ist diese Weisheit, die wir diesem Kurs erkunden, die Weisheit von Wissenschaft und Spiritualität – die Wissenschaft sagt uns, wie die Dinge funktionieren. Und die spirituellen Prinzipien helfen uns zu verstehen, wie wir dieses Wissen in unser Leben überführen. In ihrer reinsten Form ist Spiritualität – das möchte ich unterscheiden. Ich spreche nicht über Religion, ich spreche über spirituelle Prinzipien.

Spiritualität ist die Erkundung unseres Seins, unserer Verbindung mit uns selbst, zueinander, mit der Welt. Und die spirituellen Prinzipien existieren lange bevor Religionen überhaupt auftauchten. Die Religionen kamen später und haben Regeln und Dogmen um weitaus ältere Erkenntnisse gesponnen. Das werdet ihr im Verlauf des Kurses erkennen. Das ist der Grund, weshalb ich es bevorzugt habe, direkt zu der Quelle der uralten Weisheit zu gehen.

Einige der isoliertesten, schönsten, entferntesten, unberührtsten Orte, die es auf der Erde heute gibt, liegen in der Regel auf Berggipfeln, wo nur wenige Menschen hingehen. Daher ist es an jenen Orten, dass die Weisheit unserer Vorfahren am wenigsten von der modernen Welt gestört wurden. Und an jenen Orten finden wir sie intakter vor. Und ich möchte nicht vorschlagen, dass wir nun alle wie unsere Vorfahren leben sollten. Was ich sage, ist, ich glaube, dass die Dinge wussten. Sie haben in ihrer Zeit Prinzipien verstanden, die wir in unserem Leben heute anwenden können. Wir können diese Prinzipien nehmen und sie auf kluge Weise, gesund und verantwortlich in die moderne Welt integrieren. Denn wir erleben einige der gleichen Probleme, die unsere Vorfahren erlebt haben, wie auch der Klimawandel. Wir werden darüber gleich sprechen. In ihrer reinsten Form handelt Spiritualität von uns, es geht um unsere Verbindung mit uns selbst und zueinander, mit der Welt. Interessanterweise ist Wissenschaft genau dasselbe. Die Wissenschaft ist die Erkundung unser selbst. Es geht alles um uns. Unsere Verbindung zu uns selbst, zueinander und mit der Welt. Wie die Dinge funktionieren. Für mich geht es also um die Zusammenführung der beiden.

Wenn wir das Beste der Wissenschaft des 20. Jahrhunderts und des 21. Jahrhunderts mit der Weisheit von 5000 Jahren und den spirituellen Traditionen unserer Vorfahren vermählen, vielleicht geben wir uns möglicherweise einen evolutionären Vorteil, den unsere Vorfahren nicht hatten, da sie nicht über die Wissenschaft verfügten. Vielleicht geben wir uns den evolutionären Vorteil, der nötig ist, um die Härten und Leiden, die wir durch die Zyklen des Wandels gerade erleben, zu überwinden und würden das erste Mal in der bekannten Geschichte der Menschheit nicht nur überleben sondern transzendieren.

Unser Leben transformieren, unsere Welt transformieren und die Herausforderungen transzendieren. Da wir mehr über uns und unsere Beziehung zur Welt wissen.

# Kapitel 1: Eine neue Normalität

## Lektion 2: Wissenschaftler oder Rockstar

Wissenschaftler oder Rockstar Ich möchte ein bisschen darüber sprechen, wie ich an diesen Punkt gekommen bin. Es ist eine Frage, die häufiger auftaucht. Und der Grund, weshalb ich jetzt darauf eingehe, ist, dass ich glaube, dass es euch im Verlauf des Kurses dabei hilft, zu verstehen, warum ich das Material so angeordnet habe, aus welcher Perspektive ich komme. Ich beginne also mit dem Anfang. Ich wurde in einer sehr konservativen Gemeinde geboren, mitten in diesem, unserem, wunderschönen Land. In den USA im Norden Missouris, in unmittelbarer Nähe zu Kansas City.

Und ehrlich gesagt, als ich geboren wurde, in den frühen 50er Jahren, da waren Wissenschaft und Spiritualität nicht wirklich Themen, über die viel gesprochen wurde. Das war kein sonderlich heißes Gesprächsthema. Lasst es mich so sagen. Am Frühstückstisch oder vielleicht um einen Wasserspender oder in der Umkleidekabine in der Schule. Die Menschen haben nicht darüber gesprochen. Und weil sie das nicht taten, entwickelte ich die Vorstellung, als ich jung war, und meine Vorstellung war folgende: Ich dachte, die Leute sprechen nicht darüber, weil sie alle dasselbe glaubten, weswegen es keinerlei Redebedarf gab. Und ich glaubte, dass sie glaubten, was ich glaubte, und das war, dass ich niemals einen Unterschied zwischen Wissenschaft und Spiritualität gemacht habe.

Als Kind wollte ich entweder Wissenschaftler oder Rockstar werden. [Gelächter] Seit ich 5 Jahre alt war. Und der Grund war: Ich sah mir die Welt mit fünf an und sagte mir: Was ist es, was ich der Welt anbieten könnte, das wirklich die Herzen der Menschen berühren und eine positive Wirkung hinterlassen würde – eine starke, gesunde, positive Veränderung der Welt, die Bestand haben sollte. Und die zwei Orte, an denen ich das beobachten konnte, waren Rockkonzerte, bei denen 50, 60, 70 Tausend Menschen in einem Stadion waren und vollkommen von der Musik bewegt waren. Also wurde ich sehr jung Musiker. Ich bin es immer noch. Ich spiele Gitarre und Flöte. Flöten der amerikanischen Ureinwohner.



Und alle Kulturen, die ich erforsche, haben zwei Dinge gemeinsam. Sie verfügen alle über Tee und Flöten. Sie haben alle Musikinstrumente. Und ich sammle beides, wo immer ich auch hingehere. Doch die Musik, die ich mitbekam, bewegte Menschen auf der Ebene der Seele. Auf der einen Seite. Auf der anderen Seite stand, was ich sah, wenn die Menschen das Konzert verließen. Da fehlte dann etwas.

Der einzige Weg, das Gefühl zurückzubekommen, war, loszuziehen und die Platte zu kaufen. Zu jener Zeit war das Vinyl. [Gelächter] Oder eine Musik-kassette. [Gelächter] In den 60ern hatten wir nicht mal die. Und ich begann, mir genauer anzusehen, wie Menschen Sprache gebrauchten. Redner, wirkungsmächtige Motivationsredner. Und ich sah, wie auch sie Stadien füllten und die Herzen und Seelen der Menschen auf sehr mächtige Weise berührten. Und die Schönheit ist, dass auch nach dem Ende des Vortrags und wenn die Leute nach Hause gingen, dass die dann nicht die Musik oder den Vortrag nochmal kaufen mussten da sie etwas gehört hatten, das sie innerlich berührt und dauerhaft verändert hat. Und aus diesem Grund musste ich mich entscheiden. Wollte ich ein Musiker sein oder irgendeine Art Forscher werden, ein Autor, ein Redner. Was davon sollte mein Lebensunterhalt werden und was Hobby? Und ich erkunde das immer noch.

Ich glaube, es gibt Raum für beides. Ich hatte also das Glück in dieser sehr konservativen Gemeinde aufzuwachsen, in der Menschen nicht über diese Dinge redeten. Ich erzähle euch nun etwas über mein Privatleben, weil ich glaube, dass das hier wichtig ist. Ich stamme aus einer sehr dysfunktionalen Familie von Alkoholikern. Mein Vater hat uns verlassen, als ich 10 Jahre alt war. Und für mich war das ein großartiger Segen. Es zwang meine Familie ... eine kleine Familie, bestehend aus meiner Mutter, meinem jüngeren Bruder und mir. Mama erzog uns zwei Jungen allein. Ich habe einen Bruder, der vier Jahre jünger ist als ich. Das zwang uns auf eine Reise. Wir waren pleite. Wir hatten so wenig Geld. Mama hatte bis da nicht gearbeitet.

Sie war eine Hausfrau gewesen. Und plötzlich musste sie sich selbst durchschlagen und zwei Jungen versorgen. Und das Mitte der 60er Jahre. Das war eine schwierige Zeit. Wir landeten dann in Sozialwohnungen. Wir sind oft umgezogen. Ich besuchte zwei Junior High Schools, unterschiedliche High Schools. Und jedes Mal, wenn ich umzog, war das ein Segen für mich, denn jedes Mal schloss ich neue Freundschaften. Und ich lernte, wie man das macht. Und meine Freunde luden mich zu ihnen nach Hause ein und in ihr Leben und Teil davon waren ihre religiösen und spirituellen Gewohnheiten.

So wurde ich in eine Moschee eingeladen. Ich wurde in eine Synagoge eingeladen. Ich wurde in eine Kathedrale eingeladen. Meine indigenen Freunde luden mich zu den Zeremonien in ihren Kivas ein. Und ich begann mich in Kathedralen, Moscheen und Synagogen und Kivas gleich wohlfühlen, da ich merkte, dass jeder aus unterschiedlichen Perspektiven letztlich das Selbe sagte. Dennoch merkte ich schnell, dass keine der Perspektiven über alle Antworten verfügte.

Das war wichtig, denn lernen alle auf unterschiedliche Weise. Und das werde ich auch in diesem Kurs, den wir hier machen, berücksichtigen, denn ich weiß, dass einige eher mit der linken, andere eher mit der rechten Hirnhälfte lernen. Ich bin also davon ausgegangen, dass Wissenschaft und Spiritualität dasselbe sind und dass alle so glaubten, wie ich es tat. Und erst als ich für Unternehmen arbeitete, fand ich heraus, dass ich ziemlich falsch lag. Die Menschen sprachen in hitzigen Diskussionen über diese Dinge am Wasserspender. Und mir wurde gesagt, dass ich eine Entscheidung zu treffen habe. Und mir wurde das auf nahezu biblisch klingende Weise gesagt. Denn man sagte mir, Gregg, Du kannst nicht zwei Herren zugleich dienen. Du musst Dich entscheiden: folgst Du dem Pfad der Wissenschaft oder folgst Du dem Pfad der Spiritualität? Nun, ich arbeitete während des Kalten Krieges hinter den Kulissen, zu einer der angsteinflößendsten Zeiten in der

Menschheitsgeschichte, als zwei ehemalige Supermächte, die ehemalige UDSSR und die ehemaligen Vereinigten Staaten von Amerika über nukleare Waffenarsenale verfügten, die die Macht hatten, die Welt gleich mehrfach zu zerstören. Es war eine Zeit des Wahnsinns. Und ich stellte mir eine Frage. Ich fragte mich: Was, wenn ich nicht wähle? Was, wenn ich mich nicht zwischen Wissenschaft und Spiritualität nicht entscheide? Ich sagte mir: Was, wenn wir diese beiden großartigen Wissensmethoden zusammenführen, da doch jede für sich unvollständig ist, eine zusammengeführte Weisheit, die größer als Wissenschaft oder Spiritualität je für sich genommen sein könnten? Wohin würde uns das führen?

Würde es uns helfen, die Unterschiede zu überwinden, die uns in der Vergangenheit getrennt haben und zu den großen Kriegen des 20. und nun 21. Jahrhunderts geführt haben, in denen so viele Menschen gelitten haben und gestorben sind. Und im frühen 21. Jahrhundert sehen wir gewiss eine Wiederholung. Das war also meine Frage. Mir wurde gesagt, ich müsse mich entscheiden. Und als ich das tat, verärgerte ich meine Vorgesetzten. Ich überlege, wie ich es euch hier am besten erzähle.

Lasst mich also erzählen, was geschehen ist. Ich wurde ins Büro meines Vorgesetzten gerufen. Und das Erste, was er sagte – er saß zuerst hinter seinem Schreibtisch. Und ich stand vor dem Schreibtisch. Und er sagte: Ich habe gehört, dass Sie kündigen. Er sagte: Was haben Sie vor? Für welchen Mitbewerber werden sie arbeiten? Und ich sagte, dass ich nicht für einen Mitbewerber arbeiten, sondern ein Buch schreiben würde. Er sagte: Aha, und was machen Sie, um Ihren Lebensunterhalt zu verdienen? [Gelächter] Ich hatte diesen Part nicht sonderlich gut durchdacht. Und ich sagte, ich werde versuchen, ein Buch zu schreiben.

Das brachte ihn etwas auf, und er sagte, er sagte: Was gibt Ihnen das Recht, sich von diesem Unternehmen abzuwenden? Das Unternehmen das gut zu

Ihnen war. Er sagte: Sie waren auf dem Weg nach oben. Das war mir neu. Niemand hat mir je gesagt, dass ich auf einem raschen Weg nach oben war! Nicht, dass es einen Unterschied gemacht hätte, aber ich antwortete: Wirklich? Ich war davon überrascht. Er sagte – und ich möchte, dass ihr auf die Sprache achtet – Er sagte: Sie sind in diesem Unternehmen ein gemachter Mann. Er sagte: Sie haben gute betriebliche Leistungen, ein gutes Gehalt, Sie haben dauerhaft Jobsicherheit. Hört auf die Sprache.

Er sagte: Alles, was Sie machen müssen ... Er dachte, er teile ein Geheimnis mit. Alles, was Sie machen müssen, ist es 30 Jahre abzusitzen. [Gelächter]. Und dann sind Sie ein gemachter Mann. Okay. Habt ihr je das Universum um ein Zeichen gebeten? Hat jemand das Universum schon mal um ein Zeichen gebeten? Ein Zeichen für Ja oder Nein? Okay. Habt ihr je das Universum nach einem Zeichen gefragt, und euch dann gefragt, ob das Zeichen, das ihr vom Universum bekommen habt, wirklich das Zeichen war, das ihr sehen solltet? Wann weiß man, dass ein Zeichen das Zeichen ist? Habt ihr euch das je gefragt? Okay. Das ist es, was da geschehen war. Als er sagte, dass ich es nur 30 weitere Jahre absitzen muss, war das alles, was ich hören musste.

Ich sagte: Danke dafür. Ich sagte, dass ich das hören musste, denn ich könnte niemals für ein Unternehmen arbeiten, bei dem ich einfach nur Zeit absitze. Ich glaube nicht, dass es darum in meinem Leben geht. Da wurde er wirklich wütend. Und er erhob sich hinter seinem Schreibtisch, kam nach vorn und war direkt vor meinem Gesicht. Er warf mir Dinge an den Kopf. Okay. Ihr wisst, wie das ist. Er war also richtig aufgebracht und feindlich. Er sagte: Sohn, wenn Du mir heute den Rücken zuwendest und durch diese Tür gehst, dann werde ich persönlich dafür sorgen, dass Du nicht nur nie wieder in diesem Unternehmen arbeiten wirst nicht nur dafür sorgen, dass Du nicht mehr in dieser Branche arbeitest, ich werde persönlich dafür sorgen, dass Du niemals wieder an Dingen arbeitest, wie Du es jetzt tust.

Du wirst nie wieder auf diese Weise arbeiten können. Ich sagte: Oh Gott, danke! Ich sagte: Ich habe das Universum um ein Zeichen gebeten, und ich dachte, was Sie vorhin sagten, wäre das Zeichen, und jetzt weiß ich, dass dies wirklich ein Zeichen ist, denn ich könnte niemals – niemals mit gutem Gewissen – ich könnte niemals einfach nur Dinge arbeiten, die Sie wollen, nur um einfach Zeit abzusetzen. Mit dieser Denkweise. Jemand, der mich aus der Branche ausschließen will. Und so ging ich. Ich ging.

Ich sag euch, es war 1 Uhr, der 17. März 1990. Das war der Tag, an dem ich die Branche verließ und durch die Tür ging. Und ich möchte die Geschichte zu Ende erzählen. Ich möchte, dass ihr ein gutes Gefühl damit habt, denn so funktioniert das Universum. Das Universum freut sich über diese Dinge. Der Mann, der mir diese Dinge gesagt hat und an jenem Tag so wütend war

... wenn ich heute nach Denver, Colorado gehe und meine Vorträge halte, dann sitzt er in der ersten Reihe. Er ist ein absoluter Fan. Und er hat mir gesagt – das ist es, was er mir gesagt hat: Gregg, jetzt verstehe ich. Er sagte: Das war eine andere Zeit. Wir waren im Krieg. Und wir brauchten, was Du zu bieten hattest. Und er sagte: Jetzt ist eine andere Zeit, und wir befinden uns in einer anderen Art Krieg und wir brauchen immer noch, was Du zu bieten hast. Danke, dass Du an jenem Tag den Mut gehabt hast, mir diese Dinge zu sagen und Deinem Herzen zu folgen. Wir sind also Freunde. Es ist ein Happyend, und so kommt manchmal alles zusammen. Das ist meine Geschichte über Zeichen und das Universum. [Gelächter] Danke.



# Kapitel 1: Eine neue Normalität

## Lektion 3: Sich selbst kennen

Sich selbst kennen. Dieser Kurs. Handelt er von Wissenschaft oder Spiritualität? Aus meiner Sicht ist der beste Weg, euch zu ermächtigen, die Zusammenführung dieser beiden Wissensmethoden in eine einzige Weisheit. Ich wurde dazu eingeladen, in einem einzigen Kurs alles zusammenzufassen, das ich vor Publikum und in meinen Büchern in den letzten 30 Jahren angeboten habe. Es ist also ein bisschen so, als ob Gott zu mir gesagt hätte: Gregg, Du hast einen Tag auf der Erde, um einen Vortrag zu halten, und Du kannst sagen, was Du glaubst, dass es die Menschen der Erde ermächtigen, nützen, stärken und heilen könnte, und dann kannst Du ihnen nichts mehr sagen. Was wäre das dann? Und mit diesem Gedanken im Hinterkopf war das mein roter Faden, der mich durch die 30 Jahre Material geführt hat.

Die Informationen, die ich mit euch in diesem Kurs gemeinsam teilen werde. Einiges basiert auf Erfahrungen. Einiges basiert sehr stark auf Wissen. Und ich muss euch sagen, meine Erfahrung ist, dass Wissen Erfahrung ist. Wenn ich glaube, etwas verstanden zu haben, weil es das ist, was mir gesagt wurde, und dann neue Erkenntnisse auftauchen, das etwas anderes wirklich funktioniert, dass es nicht funktioniert, Dinge funktionieren nicht so, wie man es mir beigebracht hat, und wenn ich diese Umkehr in meinem Kopf, in meinem Herzen, in meinen Gefühlen durchführen und die neue Weisheit annehmen muss.

Das ist eine Erfahrung. Das ist eine direkte Erfahrung. Das ist nicht notwendigerweise die Erfahrung eines Gebets oder einer Bejahung. Es ist eine Erfahrung eines tiefgreifenden Wechsels. Etwas in mir verändert sich. Und meine Orientierung, die Art, in der ich über mich in der Welt nachdenke, verändert sich. Ich kann mir nichts erfahrungsbasierteres vorstellen als das. Als mich also Hay House gefragt hat: Gregg, wirst Du erfahrungsbasierte Dinge teilen? Da sagte ich: Klar. Der ganze Kurs. Der ganze Kurs wird erfahrungsbasiert. Einiges basiert auf dem Herzen. Einiges ist verstandesbasiert.

Einiges ist eine Zusammenführung der beiden. Wissenschaft und Spiritualität. Warum also tun wir das? Das ist der rote Faden im ganzen Kurs. Mein Gefühl ist, dass je besser wir uns kennen, desto besser sind wir ausgerüstet, auf gesunde Weise – und das ist der Schlüssel – auf gesunde Weise das zu umarmen, was das Leben zu uns führt. Ich weiß nicht, was in der Welt geschieht. Ich habe keine Kristallkugel. Ich habe einen Sinn für Trends und Zyklen.

Und wir werden da gleich drüber sprechen. Ich kann euch nicht mit Gewissheit sagen, was in den nächsten Tagen, Wochen oder Monaten geschieht. Aber was ich euch sagen kann ist das: je besser wir uns selbst kennen, desto besser sind wir ausgerüstet, damit umzugehen, was immer es auch ist. Statt sich also für jede Eventualität, die auftreten könnte, vorzubereiten – das macht einen nur verrückt – ist es meiner Meinung nach am besten, wenn wir befähigt werden, vollkommen befähigt, in der Lage sind, vollständig befähigte Menschen. So dass wir all die Geschenke, die uns gegeben wurden, von Beginn an nutzen, und die Wissenschaft beginnt erst langsam, einiges davon zu verstehen.

Ihr seid dazu geschaffen, außergewöhnlich zu sein. Ihr seid bereits außergewöhnliche Wesen. Und ihr seid für das Außergewöhnliche geschaffen. Und der Schlüssel ist, das Potential zu erkennen, wie man diese außergewöhnlichen Fähigkeiten entfesseln kann. Das ist der rote Faden für alles, was wir tun werden. Ich werde mit euch ein neues Verständnis darum teilen, wie unsere physische Realität funktioniert. Dann geht es darum, wie wir mit dieser physischen Realität in Verbindung stehen.

Und was haben unsere Vorfahren darüber gewusst? Was wussten sie über die Fähigkeit, diese Realität wirklich zu betreten, um sie beispielsweise zur Heilung unserer Körper zu nutzen?

Um das Zusammenwirken in Familien und Gemeinschaften, um die Waagschale zu unseren Gunsten zu schwenken, so dass wir – dass wir weniger Aggression und mehr Kooperation haben. Übersinnliche Fähigkeiten, Vorahnungen, tiefe Zustände von Intuition, direkter Zugang zu unseren unterbewussten Programmen. Wie machen wir das? So unterschiedlich sie auch klingen, sie alle hängen mit einigen sehr folgenschweren Entdeckungen zusammen, die der Wissenschaft erst vor Kurzem gelungen sind.

Und diese Entdeckungen bestätigen, was unsere Vorfahren vor über 5.000 Jahren gesagt haben. Indem wir das zusammenführen, werden wir uns befähigen, die Veränderungen auf gesunde Weise anzunehmen. Ergibt es Sinn, wenn ich das so sage? Okay, danke.

# Kapitel 1: Eine neue Normalität

Lektion 4:  
Eine Zeit der Extreme



Eine Zeit der Extreme Im ersten Teil möchte ich mit euch ein bisschen über den Kontext sprechen, weshalb wir da sind, wo wir sind. Wir beginnen mit einem Zitat eines Mannes, für den ich größten Respekt habe. Er ist ein lebender Visionär, ein Evolutionsbiologe, E. O. Wilson. E. O. Wilson hat uns etwas über unsere Zeit gesagt. Er sagte: Wir ertrinken in Informationen, während wir nach Weisheit dursten. Es ist ein beeindruckender Satz. Und da hätte er aufhören können, und es wäre sehr cool gewesen. Wir könnten uns den ganzen Tag damit beschäftigen.

Tat er aber nicht. Und der Grund, weshalb er weitermachte, ist der Grund, warum ich das Folgende mit euch teile. Wir ertrinken in Informationen, während wir nach Weisheit dursten. Wir schwimmen in Daten. Wir müssen sie sortieren. Aber das ist es, was er gesagt hat: Die Welt ist heutzutage anders. Er sagte: Die Welt wird von nun an von Menschen gesteuert, die er Synthetisierer nannte. Jeder, der diesem Vortrag lauscht, ist ein Synthetisierer. Ihr seid alle Synthetisierer. Was das heißt? Ein Synthetisierer ist jemand, der die richtigen Informationen genau zur richtigen Zeit zusammenführen kann, darüber kritisch nachdenkt und dann weise wichtige Entscheidungen trifft. Und da sind wir nun gemeinsam. Habt ihr gemerkt, dass es nicht mehr reicht, Experte auf einem Gebiet zu sein? Habt ihr das bemerkt? Ich erzähle euch, wann mir das aufgefallen ist.

Als meine betagte Mutter mich das erste Mal fragte, sagte sie: Gregg, ich kann nicht mit Dir mithalten. Du bist ständig verreist. Wie soll ich wissen, wo Du Dich gerade auf der Welt herumtreibst? Und ich sagte: Nun, ich habe es Dir letzte Woche gesagt. Und sie antwortet mir: Aber das hat sich geändert. Denn Du bist diese Woche schon wieder verreist. Ich sage ihr: Schau auf meiner Webseite nach. [Gelächter] Habt ihr schon mal versucht, einer älteren Person, die sich nicht mit Computern auskennt, zu erklären, wie sie auf eine Webseite kommen? Es reicht nicht mehr, wisst ihr, denkt mal darüber nach. Es ist nicht mehr ...Es reicht nicht mehr, einfach den Computer

einzuschalten. Man muss wissen, wie man den Computer einschaltet, welches Betriebssystem man benutzt, welchen Browser man nutzen sollte. Man muss wissen, wie man auf eine Webseite geht, wie man Drop-Down-Menüs bedient. Wenn das nicht offensichtlich ist. Ob man einen Clicker einsetzt oder ob man Maus benutzt. Es reicht nicht, Experte in einer Sache zu sein.

Wir müssen ein bisschen von allem wissen und dann alles zusammenführen, um die Dinge hinzubekommen. Und das ist es, was es heißt, Synthetisierer zu sein. Und das wird alles in diesem Kurs berücksichtigt. Ich hätte auch einfach über spirituelle Traditionen sprechen können, einige hättet ihr gekannt, oder einfach über die neusten Entdeckungen in der Wissenschaft von einigen hättet ihr gehört, von anderen nicht. So funktionieren wir aber nicht. So lernen wir nicht. Ich werde diese Dinge also zusammenführen. Die linke und rechte Hälfte des Gehirns. Erfahrung und Wissen. Während des Vortrags geht es immer um den Kontext, deshalb ist das so wichtig. Weil wir nicht in einem Vakuum leben.

Wir leben in einer Welt, die sich auf bisher nicht dagewesene Weise verändert, und wir bemühen uns, gesunde Wege zu finden, diese Veränderungen zu bewältigen. Wir leben in einer Zeit, die Experten eine Zeit der Extreme nennen. Das heißt nicht, dass nur schlimme Dinge geschehen würden. Oder nur gute Dinge. Es bedeutet, dass große Dinge – wirklich große Dinge in der Welt geschehen, da wir die Welt draußen nicht mehr länger von unserem Alltag trennen können, bedeutet es, dass unser Leben sich auch verändert. Unsere Welt verändert sich auf uns nie gekannte Weise.

Unsere Eltern kannten sowas noch nicht. Deren Eltern auch nicht. Wir haben keine Blaupause dafür, die uns dabei helfen könnte, durch diese Veränderungen zu kommen. Wir befinden uns also in unbekanntem Gefilden. Wir sind dabei auf uns gestellt. Ob wir nun über den Klimawandel sprechen oder die zusammenbrechende Weltwirtschaft oder das Versiegen der

Rohstoffe oder soziale Verwerfungen. Ganz gleich, worum es geht. Wir haben noch nie eine miteinander verbundene Weltbevölkerung gehabt. Die versucht, die Probleme zu regeln, die sich uns stellen. Und das heißt, dass sich unser Leben so verändert, wie wir es einfach nicht gewohnt sind. Es geschieht schneller, als die meisten von uns in der Lage wären, zu akzeptieren. Ich möchte kurz etwas dazu sagen. In meinem Leben hatte ich das Glück, wunderbare Menschen kennenzulernen.

Ich habe Präsidenten getroffen. Der Vereinigten Staaten. Ich habe spirituelle Führer getroffen. Ich habe religiöse Führer getroffen. Ich habe mein Leben hindurch Gesellschaftsarchitekten, Ingenieure, Wissenschaftler und indigene Weise getroffen. All diese Leute, Männer wie Frauen, haben mir gesagt, dass sie große Veränderungen noch in ihrer Lebenszeit erwarten. Sie wissen also, dass es geschieht. Und ich muss euch sagen, jeder, jeder, mit dem ich in den letzten Jahren gesprochen habe, ist vollkommen überrascht, wie schnell die Veränderungen sich global vollziehen. Selbst Leute, die es wussten, dachten nicht, dass es so schnell gehen würde. Wir dachten nicht, dass es so schnell innerhalb nur einer einzigen Generation geschehen würde. Das bedeutet, dass wir nun anders denken und leben müssen als zu irgendeiner Zeit in der Vergangenheit. Mehr als je zuvor. Also: Zeit der Extreme, das ist eine große Behauptung. Ich möchte das belegen. Aus Zeitgründen aber ... Wir könnten einen ganzen Kurs nur darüber machen, worum sich die Extreme drehen. Was ich aber sagen will, ist, dass die Extreme der Auslöser der Natur sind, Wandel herbeizuführen.

Der Auslöser der Natur für Evolution. Biologen können das bestätigen. Wenn alles gut läuft, braucht es keine Veränderung. Systeme, Individuen, Organismen, Menschen, Gemeinschaften, wir verändern uns typischerweise nicht, wenn alles läuft. Warum soll man an etwas herum schrauben, was nicht kaputt ist. Das kennt ihr. Warum reparieren, was nicht kaputt ist. Den Spruch kennt ihr vermutlich.

Die Veränderung drängt uns also, so gut wie möglich zu werden, so dass wir den Wandel umarmen können. Worum geht es bei den Veränderungen? Im Augenblick geht es um drei Hauptextreme, die alle zur gleichen Zeit auftreten. Ich würde behaupten, dass es in den Mainstreammedien Widerstand gibt, das anzuerkennen.

Der Mainstream schaut sich jedes Extrem einzeln an. Die schauen sich beispielsweise das Problem Überschuldung an. Die sagen, wenn man nur das Schuldenproblem der Welt lösen könnte, wird alles gut. Oder sie schauen sich den Klimawandel an und sagen: Wenn man nur die CO<sub>2</sub>-Werte auf den Pegel von vor 20 Jahren drücken könnte, wäre alles okay, oder auf die von vor 50 Jahren, was auch immer. Es gibt einen Widerstand dagegen zu erkennen, wie diese Änderungen zur gleichen Zeit zusammenwirken. Und wie sie uns dazu führen, neue Wege des Denkens und des Lebens zu entwickeln.

Es gibt also drei Extreme. Welche sind das? Klima ist eines. Die Wirtschaft ist ein weiteres. Und Konflikte, Konfliktzyklen ein drittes. Wie ich schon sagte, könnten wir den ganzen Vortrag darüber sprechen. Das übersteigt das, was ich in der Kürze der Zeit machen kann, daher werde ich nur eines besprechen, damit ihr einen Eindruck bekommt. Als Geologe habe ich mich für den Klimawandel entschieden. Als Geowissenschaftler. Das ist – das ist meine Leidenschaft. Und das ist der Grund dafür. Ich bin unabhängiger Autor, ich bin mit keinem Unternehmen verbunden, gehöre keiner Religion an, keiner politischen Partei. Ich habe nichts zu verlieren, wenn ich mit euch die Fakten teile, die die Erde uns offenbart. Die Fakten, die die Erde uns über unsere Zeit offenbart. Und wenn neue Fakten bekannt werden, dann bin ich offen dafür.

Ich frage also um eure Erlaubnis: kann ich eine Geschichte mit euch teilen, die vielleicht nicht sonderlich beliebt ist im Mainstream? Seid ihr einverstanden? Ja? Nein? Okay. Ich möchte also mit euch über das Klima sprechen.

Und darüber, wie wir über das Klima der Vergangenheit Bescheid wissen. Woher wissen wir, ob das Klima heutzutage anormal ist, ohne es mit etwas anderem zu vergleichen. Die Frage ist, wie weit in die Vergangenheit wir zurück können. Geht es fünf Jahre zurück? Geht es 500 Jahre zurück? Ich sage euch, Mutter Erde funktioniert nicht nach menschlichen Zeitvorstellungen.

Für Mutter Erde sind 5, 10 oder 15 Jahre nur ein Tropfen im Eimer. Geologische Zeit erstreckt sich über Hunderttausende und Millionen von Jahren. Und das können wir in den Eisschichten erkennen. Jedes Jahr bildet sich am Nord- und Südpol, in der Antarktis und auf Grönland neue Eisschichten. Und in diesen Schichten finden sich Ablagerungen, aus der Atmosphäre. Kleine Pollen und Staubpartikel. Von Vulkanausbrüchen aus aller Welt. Es gibt kleine Bläschen im Eis, die über die Kohlendioxid- und Sauerstoffwerte im jeweiligen Jahr Auskunft geben, und wenn das Wasser friert, gefriert diese Schicht zu Eis, wird eingeschlossen und bewahrt, und es formiert sich eine weitere Schicht darüber. Und Wissenschaftler haben gebohrt. 1999 haben sie durch die dickste Eisschicht gebohrt, die sie in der Antarktis finden konnten, gebohrt, und selbst die Wissenschaftler waren erstaunt, da sie 420.000 Eisschichten vor sich hatten.

Hier ist also die große Frage. Wie viele Jahre können wir also mit den Aufzeichnungen im Eis in der Geschichte zurückgehen und das Klima mit dem heutigen vergleichen? Wer weiß es? 420.000 Jahre. Das ist ein wirklich gutes Publikum. [Gelächter] So sieht der Eisbohrkern aus, falls ihr das noch nicht gesehen habt. Und Eisbohrkerne werde in einer Bibliothek verwahrt. Aus dieser Eiskern-Bibliothek können wir alles Mögliche ablesen. Wir können die Temperatur in der Vergangenheit ermitteln, wie hoch der Meeresspiegel war, wie stark die Sonneneinstrahlung auf der Erde war, wie stark das magnetische Feld war. Und vieles mehr. Alles Mögliche können wir daraus ablesen.



Diese Informationen werden in einer einmaligen Bibliothek verwahrt. Es ist die Ice Core Library. Und als ich an meinem Buch »Deep Truth« schrieb, hatte ich Gelegenheit, die Daten dieser Bibliothek über das französische Institute Polytechnique einzusehen. Ich werde mit euch rasch zwei Grafiken teilen, die die ganze Geschichte über das erzählen, was gerade beim Klimawandel passiert. Das ist die erste. Sie wurde 2008 in Energy and Environment veröffentlicht. Eine wissenschaftliche Zeitschrift, und was ihr da seht in grün, das ist das Jahr 2000. Das ist das Jahr 0. Im Grunde also die Zeit als Jesus lebte. Okay. Das sind also die letzten 2000 Jahre.

Wir gehen also von 0 zu 2000. Die grüne Linie zeigt die Durchschnittstemperatur der Erde in dieser Zeit. Und die Werte darüber und darunter sind Anomalien. Wo liegen wir also heute? Heute liegen wir ein bisschen über dem Durchschnitt. Es gibt also eine globale Erwärmung, und ich würde erwarten, dass wir eine Erwärmung sehen. Hier passiert es. Aber schaut euch das an. In den Jahren 1200 bis 1300 hatten wir die doppelte Anomalie, die Anomalie war etwa doppelt so hoch wie das, was heute ist. Und wenn wir auf 820 bis 1040 zurückgehen, da war es fast die dreifache Anomalie wie heute. Und wir wissen das, weil es MWP heißt. Das ist ein Akronym für die Mittelalterliche Warmzeit. Die Wissenschaft weiß das. Wir wissen genau, wofür das war. Ist es heute also wärmer? Ja. Ist es wärmer als es je war? Die Antwort darauf ist: nein. Und die Frage lautet: was verursacht diese Erwärmung? Der wahrscheinliche Grund.

Das ist ein sehr mächtiges Bild. Es stammt aus den Eiskernen der Antarktis, an einem Ort namens Vostok. Das ist der Name des Sees unterhalb des Eis, wo die Eisbohrungen stattgefunden haben. Und es wirkt ein bisschen komplex, aber lasst mich euch ein bisschen einführen. Was ihr da seht, ist 400.000 Jahre her. Die sind tausendfach am Boden. Das ist heute. Wir gehen also vorwärts. Das Rote sind die Temperaturen der Erde und das Blaue die Kohlendioxidwerte. Okay? Und ich möchte, dass ihr euch zwei davon

hier anseht. Und ich werde euch gleich eine Frage stellen. Wir kommen aus dieser Richtung vorwärts. Es geht also so. – Sagt mir, was kommt zuerst, schaut auf die Veränderungen. Geht das Rote zuerst nach oben oder erst das Blaue? Das Rote geht zuerst nach oben. Das Rote, so sagen es uns die Wissenschaftler. Das stammt aus der sehr angesehenen Zeitschrift ‚Nature‘ Ausgabe 320, Oktober 1987, Seiten 414 bis 418. Ich erzähle das, weil es überprüfte Wissenschaft ist. Das ist keine Theorie. Das ist keine Hypothese. Das ist keine Meinung.

Es ist allgemein akzeptiert, dass die Erde uns das sagt, sie erzählt uns ihre Geschichte. Sie sagt uns, dass die Temperatur angestiegen ist, bevor die Kohlendioxidwerte angestiegen sind. Die Temperaturen sind zuerst hochgegangen. Das bedeutet, dass die Kohlendioxidwerte nicht der Grund für den Temperaturanstieg sein können. Warum ist das wichtig? Nun, ich möchte das sehr klar sagen. Es geht nicht darum, wen zu bestätigen oder zu widerlegen. Darum geht es nicht. Hier ist die Frage. Wie können wir resilient werden im Angesicht der Realität des Klimawandels, wenn wir nicht ehrlich mit uns sind, woher er stammt.

Wie können wir resilient sein bei der Produktion unserer Nahrung, wie die Bevölkerung verteilt ist und wie wir Energie und Industrie planen? Wie können wir Resilienz finden, wenn wir nicht ehrlich mit uns sind was die Erde uns über sich sagt. Und das hier legt nahe, dass die Temperaturen zuerst ansteigen und dann erst die Kohlendioxidwerte. Die Temperaturen sind vor den CO<sub>2</sub>-Werten hochgegangen. Das ist keine Phantasievorstellung. Das ist das, was der Artikel in »Nature« besagt. Wenn wir von der Zwischeneiszeit ausgehen, – das ist die Zeit zwischen den Eiszeiten, interglazial – und von dort in die wirklichen Eiszeiten wechseln ... – da sind wir noch nicht, sind aber in diese Richtung unterwegs. Nun ist da noch ein sehr interessantes Detail, gehen wir zurück und schauen uns die Beziehung zwischen Kohlendioxid und Temperaturen an. Schaut euch an, was da passiert.

Könnt ihr das sehen? Das Blaue ist das Kohlendioxid. Wenn das Blaue ansteigt, was passiert mit der Temperatur? Die Temperatur ist das Rote. Hier geht das Blaue hoch. Was macht das Rote? Genau da. Schaut euch das an. Wenn das Blaue hochgeht, was macht dann das Rote? Es gibt eine wachsende Zahl wissenschaftlicher Hinweise und einen wachsenden Konsens, dass je höher die CO<sub>2</sub>-Werte sind, desto kühler und nicht wärmer wird es. Und davon spricht niemand.

Wir sind in unserem alltäglichen Denken nicht darauf vorbereitet. Ich sage euch aber, wer vorbereitet ist. Das Pentagon weiß das. Es gibt Pentagon-Studien über abrupten Klimawandel als nationales Sicherheitsrisiko. Die wissen das, doch der öffentliche Konsens ändert sich gerade. Nochmal, es geht nicht um richtig oder falsch, gut oder schlecht, oder warum jemand was auch immer gesagt hat.

Es geht darum, ehrlich, wahrhaftig und faktenorientiert mit uns selbst zu sein, so dass wir uns selbst respektieren und resilient gegenüber einem Wandel sind, der uns unsere Lebenszeit und die unserer Kinder begleiten wird. Wir werden das Klima, mit dem ihr und ich aufgewachsen sind nicht wiederkriegen nicht in unserer Lebenszeit und nicht zur Lebenszeit unserer Kinder. Und so, wie es hier aussieht ... Schaut euch das an. Kohlendioxid geht hoch, die Temperaturen sinken. Die Kohlendioxidwerte sind so hoch wie wir es lange nicht gesehen haben. Das deutet darauf hin, dass die Kühlung größer ausfallen könnte, als wir es bisher gesehen haben. Ich sage nicht, dass es eine Eiszeit ist. Selbst eine leichte Abkühlung hat großen Einfluss darauf, wie und wo wir unsere Nahrung anbauen, welche Industrien florieren und wo Menschen leben. Das ist also wichtig.

Es geht darum ehrlich mit uns zu sein. Das ist alles. Und die Daten sind da. Ich sage euch, wir leben in einer Zeit der Extreme. Und das ist nur eines davon. Es funktioniert zyklisch. Da fragt ihr: Was ist der wahrscheinliche

Grund dafür? Wenn es nicht Kohlendioxid ist? Ich möchte euch etwas zeigen, das ist toll. In wissenschaftlichen Kreisen zirkuliert das schon sehr lange. Im Mainstream ist das nicht beliebt. Das findet man also nicht in den Schulbüchern. Das ist der österreichisch-ungarische Astronom namens Milutin Milankovic. Er ist 1958 gestorben. Er war ein brillanter Mann. Er beschäftigte sich mit dem Ort der Erde im Weltraum und Zyklen. Ich will das sehr schnell durchgehen. Ich möchte nicht allzu technisch werden. Ich möchte wissenschaftlich und sachlich sein. Er hat herausgefunden, dass es drei Hauptzyklen der Erde gibt, diese beeinflussen das Klima und das, was in unserem Leben in dieser Welt passiert.

Einer davon heißt die Präzession der Erdachse. Ihr erinnert euch vielleicht an das 2012-Phänomen. Ihr habt viel davon gehört. Das ist eine Breitenschwankung, die etwa 26.000 Jahre braucht. Okay. Präzession. Der andere ist Exzentrizität. Könnt ihr erkennen, wie die Erde bisweilen weiter von der Sonne entfernt ist und manchmal ist sie näher dran. Könnt ihr das alle sehen? Das ist die Exzentrizität des Orbits. Und der beträgt etwa 100 bis 400 Tausend Jahre. Und der Dritte ist das, was man Neigung oder auch Schiefe nennt. Das ist ein Zyklus, der 41.000 Jahre dauert. Was ihr euch merken sollt, ist, Präzession, Exzentrizität, Schiefe. Und da haben wir es. Präzession, Schiefe, Exzentrizität. Statt nun also auf die Erde im Weltall zu schauen, betrachten wir die Wellen. Könnt ihr die Wellen sehen, die wir geschaffen haben? Und jetzt fügt sich alles zusammen.

Das sind Phasen der globalen Erwärmung und Phasen der Abkühlung. Und wie ihr seht, besteht ein Zusammenhang zwischen der Erwärmung, den Ausschlägen und diesen Zyklen besteht. Lasst mich euch erzählen, worum es sich handelt. Genau hier könnt ihr erkennen, dass, wenn diese Exzentrizität, wenn diese Zykluslinien mit diesem Zyklus übereinstimmt oder diese Zykluslinien mit diesem Zyklus, d dann kommt es zu einer Erwärmung der Erde. Wenn zwei der drei Zyklen aufeinander passen, entsteht Klimawandel.

Und das ist genau das, was wir derzeit erleben. Ihr sagt, dass das vielleicht Zufall ist. Vielleicht ist es nur bei diesem Zyklus so. Nun, hier ist ein weiterer. Schaut auf beiden Seiten des Höchststands ... Auf dieser und dieser Seite könnt ihr das Blaue sehen, die Exzentrizität läuft neben der Schiefe auf beiden Seiten. Seht ihr, was bei den Höchstständen passiert? Und in beiden Fällen, führt das zu einer Erwärmung. Das geschieht ständig.

Es passiert nur nicht in einer einzigen Lebenszeit, so dass wir uns daran erinnern könnten. Wo sind wir also jetzt? Wir sind genau hier. Diese kleine ... diese kleine Exzentrizität dort richtet sich nun auf die kleine Schiefe und die Präzession aus. Das geschah 2012. Und nun gibt es ein bisschen globale Erwärmung. Und wie man der Grafik entnehmen kann, ist diese geringer als im letzten Zyklus. Es ist geringer als in einigen der anderen Zyklen. Ich würde also erwarten, dass wir ein bisschen Erwärmung beobachten. Und ich würde davon ausgehen, dass wir Veränderungen sehen werden. Und ich sage euch das, weil dieses Klima der neue Normalzustand sein wird. Wir werden das Klima aus der Vergangenheit nicht wiederbekommen.

# Kapitel 1: Eine neue Normalität

Lektion 5:  
Die Welt hat sich geändert



Die Welt hat sich verändert Ich habe euch also ein Beispiel gegeben, weshalb ich gesagt habe: Wir leben in einer Zeit der Extreme. Eine neue Normalität in Bezug auf das Klima. Ähnliche Zyklen befördern Konflikte. Konfliktzyklen fallen zusammen. Das sehen wir überall auf der Welt. Das Gleiche gilt für Wirtschaftszyklen, die in Wellen laufen, mit so großem Abstand, dass man das nicht an einem normalen Wall Street Zyklus, oder einem 30-Tages-Rhythmus oder an einem Vierjahres-Plan erkennen kann. Diese Zyklen sind größer. Was momentan geschieht, ist, dass wir in einer Zeit der Extreme leben, in der Konvergenz dieser drei Zyklen, die unser persönliches Alltagsleben beeinflussen. Wie wir leben. Wo wir leben. Die Art, wie wir über unsere Zukunft nachdenken. Wie wir uns für die Zukunft vorbereiten. Wirtschaftlich. Wie wir uns auf das Alter vorbereiten. Wie wir die Ausbildung unserer Kinder planen.

Oder wie wir uns um unsere alten Eltern kümmern. All diese Dinge sind davon betroffen. Und plötzlich betreffen uns diese großen Veränderungen in der Welt persönlich. Die großen Veränderungen in der Welt betreffen uns sehr persönlich. Meine Mutter hat ... ihre Gesundheit verschlechtert sich rapide. Und als wir über so etwas gesprochen haben, sagte sie immer Folgendes. Sie sieht mich an und sagt: Verreist Du wieder um einen Vortrag zu halten? Und ich antworte ihr: Ja, warum? Und sie sagt: Nun, pass auf Dich auf! Und ich antworte ihr: Warum? Und sie: Weil die Welt den Bach runtergeht [Gelächter] Wie viele von euch kennen diese Redewendung? Den Bach runter gehen? Was soll das eigentlich heißen? [Gelächter] Also, wenn man mal drüber nachdenkt. Ich weiß nicht mal, was es sagt. Ich verstehe die Bedeutung. Ich weiß, was sie sagen will. Sie macht sich Sorgen um mich, aber die Bildbedeutung?

Ich bin nicht mal sicher, was es genau heißt. Es ist verführerisch leicht, es ist leicht, das Ende der Welt nahen zu sehen, bis wir einen Schritt zurücktreten und auf das Gesamtbild schauen. Und wenn wir das tun, sagt ihr sofort:

Natürlich ... Natürlich leben wir in dieser Konvergenz der Zyklen. Wir müssen anders denken und leben als bevor diese Zyklen aufeinander trafen. Mein Verdacht ist, dass sobald die Fakten klar sind, unsere Entscheidungen offensichtlich werden. Wenn die Fakten klar sind, werden unsere Entscheidungen offensichtlich. Eines der besten Dinge, die wir für uns selbst machen können, um uns, unsere Kinder und künftige Generation zu achten: ehrlich zu sein und wahrhaftig und sachlich mit uns selbst, denn dann haben wir die Möglichkeit, uns selbst zu ermächtigen, diesen Wandel auf gesunde Weise zu umarmen, statt zu versuchen, ihn zu bekämpfen.

Habt ihr bemerkt, dass alles auf Konflikten beruht? Der Krieg gegen das Klima. Habt ihr gemerkt, wie wir den Klimawandel in einen Krieg verwandelt haben? Es geht immer um Konflikt. Oder der Krieg gegen die Schuldenkrise. Das ist ein sehr, sehr unterschiedliches Denken. Ich zeige euch, woher das kommt. Bevor wir das aber machen ... In unserer Zeit der Extreme gibt es sehr viele gute Nachrichten. Und das ist, warum ich das für wichtig halte. Gute Nachrichten. Es passieren ein paar wirklich gute Dinge. Wir haben nämlich bereits alle Lösungen für die Probleme, die diese Zeit der Extreme uns stellt. Ich liebe es, das vor Publikum zu sagen und euch dabei in die Augen zu sehen. Die Leute sagen dann: Wirklich? Wie kommt es dann, dass wir davon nichts wissen?

Es gibt diese Vorstellung ... ich war kürzlich in Europa. Es gab diese Vorstellung, dass wir alle großen Köpfe der Welt in einem Raum versammelt brauchen, damit sie zusammen eine Antwort auf all die Fragen entwickeln, mit denen wir heute konfrontiert sind. Da sage ich dann: Das haben wir doch schon gemacht. Wir haben das im 20. Jahrhundert gemacht. Wir haben bereits alle Lösungen, die technischen Lösungen sind vorhanden. Hier sind ein paar Beispiele. Beispielsweise haben wir längst genug Nahrung, um jedes Kind, jeden Mann, jede Frau auf dem Erdenrund zu ernähren. Es gibt derzeit

keine Nahrungsmittelknappheit. Und die UN sagt uns, dass sich, so sich nichts durch etwas wie abrupten Klimawandel ändert, wir Ernährungssicherheit auch noch für die kommenden 50 Jahre haben. Mindestens. Es ist also nicht ein Mangel an Nahrungsmitteln, der dazu führt, dass Mitglieder unserer globalen Familie jeden Abend hungrig zu Bett gehen. Es liegt nicht an einem Mangel an Nahrungsmitteln, es liegt daran, dass es erst eine Priorität werden muss, die Nahrung zu den Menschen zu bringen, die sie benötigen. Das ist der Grund, weshalb Menschen hungern.

Wir haben bereits genug Essen. Wir haben die Technologie, um sichere, saubere, effektive und nachhaltige Energie zu produzieren und damit jede Familie zu versorgen, die sie haben will. Nicht jede Familie möchte Strom. Ich habe Gegenden der Welt besucht, in denen sie keinen Strom in den Häusern haben und die Leute das so wollen. Alle indigenen Völker. Alle, die Elektrizität wollen. Wir wissen, wie das geht. Schaut euch das an. Wir können es ohne Treibhausgase und ohne fossile Brennstoffe. Wir haben die Technologie dazu, wir haben diese Technologie seit über 60 Jahren. Wir müssen das gar nicht mehr erfinden. Wir wissen, wie es funktioniert.

Wir haben bereits alles, was es braucht, um starke Wirtschaften zu schaffen und den Riss zu heilen, der durch unsere Gemeinschaft, unsere Familien und unsere Gesellschaften geht, sogar den zwischen Nationen, von scheiternden Volkswirtschaften, die auf falschen Annahmen wie Wettbewerb und Konflikt basieren. Wir werden in diesem Kurs darüber sprechen, und ihr werdet sehen, warum diese Annahmen nicht mehr funktionieren, warum sie nicht nachhaltig sind und was neue Entdeckungen nahelegen, Annahmen, die die alten auf gesunde und nachhaltige Weise ersetzen könnten. Wir wissen längst, wie man Krankheiten umkehrt. Wir werden das im Verlauf des Vortrags Ihr werdet sehen, dass jedes Organ im menschlichen Körper sich als in der Lage herausgestellt hat, sich selbst zu heilen und zu reparieren oder sich erst zu reparieren und sich dann zu heilen.

Selbst Organe, von denen man uns sagte, dass sie das nicht können, wie Gewebe des Rückenmarks, der Bauchspeicheldrüse. Das Gewebe des Gehirns, das Gewebe des Herzens. Alle Organe haben erwiesenermaßen die Fähigkeit, sich selbst zu heilen. Allerdings muss das Organ in eine Umgebung kommen, die die Heilung unterstützt. Diese Umgebung hat viel damit zu tun, wie Du und ich denken, fühlen, mit unseren Emotionen umgehen und wie sie die Zellen unseres Körpers durchdringen.

Und das wird heute nicht gelehrt, weder in der Mainstream-Medizin noch in Mainstream-Klassenzimmern. Unsere Vorfahren aber wussten das schon. Und wir haben das Wissen jetzt. Wir wissen bereits, wie man wirklich gesunde und nachhaltige Gemeinschaften errichtet. Wir wissen beispielsweise und müssen nicht raten, denn Gemeinschaften wie diese existieren bereits im Norden von Arizona. 5.000 Menschen leben in dieser Gemeinschaft, die 100% ihrer Nahrungsmittel selbst herstellen. Sie produzieren 100% ihrer Energie und haben eine 100%-ige Beschäftigungsrate da jeder, der arbeiten will, angestellt wird und somit die Nahrungsmittel und den Strom mit erschafft.

Und das ist nur eine Gemeinschaft. Es gibt noch weitere. Die sind nicht alle in Amerika. Ich habe das in Europa gesehen. Ich habe sie auch in Südamerika gesehen. Der Punkt ist, dass wir alle diese Dinge bereits wissen. Wenn ich euch das so sage, muss ich euch etwas fragen. Wenn ich euch sage, wir haben diese Technologien bereits und wir wissen bereits, wie man das macht, welche Frage kommt euch dann eigentlich sofort in den Sinn? Sprecht es laut aus. Wie ist die Frage? Genau. Wo sind die Ergebnisse? Wo sind diese Dinge? Wo sind die besten Lösungen? Und ich hatte die gleiche Frage. Daher wusste ich, dass ihr die Frage haben werdet. Denn ihr und ich, wir sind uns sehr ähnlich. [Gelächter] Wo sind sie? Warum nur hier und da? Warum wird es nicht überall gemacht? Und das führt uns zu der vielleicht größten Krise überhaupt. Ja, wir leben in einer Zeit der Extreme.

Es gibt die drei zusammen auftretenden Zyklen. Aber es gibt noch etwas viel Größeres. Und ich glaube, dass es aus genau diesem Grund Menschen sehr schwer fällt, eine so gewaltige Veränderung zu begrüßen. Es ist eine Krise des Denkens. Ihr und ich, wir sind in einer Erzählung gefangen, in einer wissenschaftlichen Geschichte, in einer kulturellen Geschichte. Es ist eine spirituelle Geschichte darüber, was wir denken, wer wir sind, über unsere Beziehung zu unserem Körper, zu der Welt, zu der Vergangenheit.

Wie man Dinge geschafft kriegt. Wie Dinge funktionieren. Wir sind in einer Geschichte gefangen. Diese Geschichte basiert auf Annahmen, die nun widerlegt werden und zwar von den besten Wissenschaftlern des 21. Jahrhunderts. Wir können also sagen, dass es sich um falsche Annahmen handelt. Wir haben eine Welt geschaffen, wir haben Gemeinschaften geschaffen, ganze Gesellschaften, das Wirtschaftssystem, die Finanzsysteme, die Art, wie die medizinischen Systeme funktionieren.

Riesige Systeme, von denen unser Leben abhängt, basieren auf falschen Annahmen, die gerade überworfene werden. Und das ist schwer zu akzeptieren. Es ist schwer, alte Ideen abzulegen und neue anzunehmen. Hier also meine Frage. Wie können wir in dieser Welt überhaupt erfolgreich sein? Und ich glaube, dahin bewegen wir uns. Ich war noch nie optimistischer über unsere Zeit. Ich war noch nie optimistischer über diese Nation, Amerika, oder über alle Nationen, ich halte in vielen Ländern Vorträge. Ich war noch nie so optimistisch über unsere Welt, wie ich es heute bin. Und das ist der Grund dafür: Weil wir jetzt wissen, was nicht funktioniert.

Wir wissen, was nicht funktioniert, da wir eine Welt haben, die auf Grundlage falscher Annahmen geschaffen, und zwar mit nicht nachhaltigen Denk- und Lebensweisen, von denen ich einige gerade beschrieben habe. Wir wissen, was nicht funktioniert, und während diese Systeme zerfallen, haben wir die Weisheit, sie mit etwas zu ersetzen, das funktioniert?

Und das ist die Frage, die ihr und ich jetzt beantworten werden. Wie können wir in dieser neuen Welt erfolgreich sein, wenn wir auf die Rückkehr der alten warten? Ich bitte euch, einmal darüber nachzudenken. Wie kann man neue Ideen und neue Lebensweisen begrüßen, wenn eure Emotionen, wenn eure Psyche angefüllt ist, mit Ideen einer Welt, die einmal war. Mit Vorstellungen, wie es funktionieren sollte, wie es laufen sollte, wenn wir einer Idee von der Welt nachhängen, die mal war und wir darauf warten, dass sie zurückkehrt? Wo ist da Raum für all die neuen, schönen Dinge, die uns heute zur Verfügung stehen?

Das ist eine große Idee. Lasst mich ... ich möchte eine Geschichte mit euch teilen. Manchmal ist eine Geschichte der beste Weg, um eine Idee wirklich zu verankern. Meine Frau und ich ... Ich sag euch kurz, meine Frau heißt Martha. Jetzt kann ich sie Martha nennen und muss nicht mehr ‚meine Frau‘ sagen und sie durch unsere Beziehung definieren. Meine Frau, Martha und ich leben in einer ländlichen Gemeinde im Norden von New Mexico, wo ich die meiste Zeit gelebt habe, seit ich die freie Wirtschaft verlassen habe. Es ist ein wunderschöner Flecken Erde.

Es liegt sehr hoch. Etwa 2400 Meter über dem Meeresspiegel. Man nennt sie Hochwüste. Dort ist es sehr trocken. Vielleicht 9 bis 12% Luftfeuchtigkeit. Schöne, tiefblaue Himmel, da man dort so viel näher ist an den Erhöhungen ist, es gibt weniger Atmosphäre zwischen Dir und dem blauen Himmel. Es sieht aus ... Ich weiß, dass ihr das alle schon gesehen habt. Vor kurzem sind wir hoch in die Berge zu den Bergarbeitersiedlungen im Norden New Mexicos und im Süden von Colorado gefahren, um uns das Herbstlaub anzusehen. Es war ein wunderschöner Herbsttag. Wir hielten an der Tankstelle, um meinen alten Truck zu betanken. Ich ging rein, um zu bezahlen. Martha blieb im Wagen. Und ich fragte den Kassierer: Wie läuft es in der Gemeinde? Es war eine kleine Bergarbeitersiedlung. Etwa 2/3 der Leute der arbeitsfähigen Bevölkerung arbeitet in den Minen.



Die Menschen sind also von den Minen extrem abhängig. Und ich fragte also: »Wie geht es? Wie läuft die Wirtschaft?« Wie läuft's? Und sie sah nicht mal von ihrer Kasse auf. Sie sagte: Wollen Sie das wirklich wissen? Ich sagte, ja. Ich will das wissen. Sonst hätte ich nicht gefragt. Dann sah sie mich an und sagte: »Wenn die Minen geöffnet sind, ist das Leben großartig.« Die zahlen gut. Der Job ist sicher. Die Menschen fühlen sich sicher. Sie sagte, dass sie sich dann so sicher fühlen, dass sie bereit sind, Risiken einzugehen.

Dann nehmen sie Kredite auf, bauen ein Haus oder bauen das Vorhandene aus. Sie nehmen einen Kredit auf und schicken ihre Kinder in die Schule. Sie bekommen Kinder, haben größere Familien, so dass sie ihre Häuser ausbauen müssen. Sie sagte: »Doch wenn die Minen geschlossen sind, ist das Leben die Hölle.« Die absolute Hölle. Sie sagte, dann halte alles an. Sie sagte: »Die Menschen haben dann Angst, da sie nicht wissen, wann die Minen wieder aufmachen. Also hält alles an. Sie hören auf, Häuser zu bauen. Sie haben keine großen Familien mehr.

Sie schicken ihre Kinder nicht mehr ins College. Sie sorgen nicht mehr fürs Alter vor. Und ich fragte sie: »Was machen die Leute währenddessen? Sie antwortete: »Alles, nur um irgendwie über die Runden zu kommen, bis die Minen wieder aufmachen. Das ist der Punkt. Die warten, dass alles wieder normal wird. Warten, dass alles wieder normal wird. Und ich sagte ihr: »Das muss wirklich sehr hart sein.« Ich sagte: »Wie lange sind die Minen denn diesmal geschlossen?« Da sagte sie: »Nun, diesmal seit etwa neun Jahren.« Neun Jahre. Das war das, was ich sagte. »Neun Jahre. Diese Leute haben ihr Leben angehalten und warten darauf, dass es wieder normal wird. Und während sie warten, vergeht ihr Leben. Sie leben nicht gut und erfolgreich, sie begrüßen das gute Neue nicht. Sie klammern, sie kämpfen. Daher kommen die Schwierigkeiten. Und ich sage nicht, dass es ihr Fehler ist. Das ist nur ein Beispiel. Ich stieg wieder in meinen Truck und sagte zu Martha:

Ich sagte: »Ich glaube, ich habe gerade in dieser kleinen Stadt etwas mitbekommen, in dieser kleinen Struktur, in diesem Mikrokosmos. Ich glaube, ich habe in dieser kleinen Stadt in diesem Mikrokosmos gesehen, was die Menschen derzeit weltweit erleben. Es gibt dieses Gefühl, und vielleicht wisst ihr das, wenn ihr diesem Kurs zuhört. Vielleicht kennt ihr solche Menschen oder ihr seid selbst so. Und ich habe in der ganzen Welt mit Menschen gesprochen, die ihre Geschichte mit mir geteilt haben, die ich nun mit euch teile.

Es gibt dieses Gefühl, dass alles irgendwie gut lief. Ich meine, das Leben hatte seine Höhen und Tiefen, aber alles ging irgendwie gut, und dann trat etwas ein. Für manche war das 9/11. Für andere die Bankenkrise 2008. Aber der Punkt ist, dass etwas geschehen ist, das eine Anomalie war, und die Leute warten nun, dass alles wieder normal wird. Okay. Die warten darauf, dass alles wieder normal wird. Wie kann man aber neue Möglichkeiten begrüßen, die uns erfolgreich machen können, wenn wir darauf warten, dass die alte Welt wiederkehrt?

Ergibt es Sinn, wenn ich das so sage? Das ist also wichtig. Es ist wichtig, weil es ein großer Teil dessen ist, was wir hier heute tun werden. Unsere Welt hat sich verändert, und keiner hat uns das gesagt. Die Welt hat sich verändert und keiner hat uns das gesagt. Ich wünschte, es gäbe ein Special auf CNN oder BBC World oder so, wisst ihr, zack. Die Welt, die ihr kanntet, ist verschwunden! Nehmt Abschied. Sie wird nicht wiederkehren. Umarmt die neue Welt. Ernsthaft. Im Mainstream. Denn das würde uns helfen, durch diesen Prozess zu kommen und den Wandel zu begrüßen. Doch das ist nicht geschehen. Die Welt hat sich verändert. Wir leben nicht mehr in isolierten Ländern. Wir leben nicht mehr im gleichen Klima von vor 10, 15, 20 Jahren. Ich kann euch das am Norden von New Mexico klarmachen. Es regnet nicht mehr dann, wann es früher geregnet hat. Die Bauern und Rancher, die hier seit 300, 400 Jahren leben ...

Santa Fe wurde vor 400 Jahren gegründet, und viele Familien waren Teil der ersten Welle. Und die haben eine Geschichte, die so weit zurückreicht. Zum ersten Mal beginnen sie, ihre Höfe und Farmen zu verkaufen. Weil der Regen nicht mehr dann kommt, wie sie es gewohnt waren. Sie können ihre Pflanzen nicht mehr wässern, ihre Tiere nicht mehr versorgen. So unterschiedlich sind heute die Dinge in diesem Teil der Welt. Wir leben nicht länger in der Wirtschaft der Vergangenheit. Lasst mich euch eine Frage stellen. Ihr habt alle bereits Volkswirtschaften gesehen, die in Schwierigkeiten waren.

Und ihr wisst, dass unsere Wirtschaft in Schwierigkeiten steckt, oder? Das wissen alle? Ja, nein? Das ist kein Geheimnis, oder? Okay, ich wollte jetzt nicht der Erste sein, der es euch sagt. [Gelächter] Falls es ein Geheimnis war. Wir haben also alle Volkswirtschaften in Schwierigkeiten gesehen. Und wir haben gesehen, was passiert, wenn ein Land, mit einer schlechten Wirtschaft pleite geht, dass dann ein anderes Land kommt, das seine Schulden zahlt. Was passiert, wenn Schulden, die kombinierten Schulden des gesamten Planeten so groß sind, dass sie höher sind als der Wert dessen, was geschaffen wird. Was, wenn die Schulden das BSP des ganzen Planeten übersteigen? Wer haut dann den Planeten raus?

Ich weiß keine Antwort darauf. Wir werden das aber herausfinden, denn da sind wir jetzt. Da sind wir angekommen. Wir leben nicht mehr im Wirtschaftssystem der Vergangenheit. Wir leben nicht mehr im Wohlfühlmodell der Vergangenheit. Das Leben hat sich für uns alle verändert. Wie wir über Geld gedacht haben, verändert sich. Geld bedeutet nicht mehr dasselbe wie vor 15 oder 20 Jahren. Und wenn wir immer noch so über Geld denken, rühren unsere Probleme genau daher. Die Rolle, die das Geld in unserem Leben spielt, verändert sich. Unsere Jobs, unsere Branchen, die Berufe und Karrieren verändern sich. Vielleicht habt ihr das an der Loyalität gemerkt, die Menschen früher zu einem Unternehmen hatten. Ich weiß noch, als ich in meine Branche kam, als ich in den 70er bei Philips Petroleum anfang,

da gab es unglaublich viel Stolz und Loyalität für Mitarbeiter anderer Ölfirmen, die wir auf Konferenzen trafen. Und alle waren so stolz darauf, für das Unternehmen zu arbeiten, für das sie arbeiteten, dass sie sich nicht mal vorstellen konnten, für jemand anderes zu arbeiten. Als ich dann in den 90ern für Cisco Systems gearbeitet habe, hat sich das geändert. Ich weiß noch, unser Büro war im Silicon Valley, Kalifornien. Und ich erinnere mich, dass ich, wenn ich mittags aus dem Fenster sah, Leute dabei beobachten konnte, wie sie mit ihren Lebensläufen unterm Arm in der Mittagspause von einem Gebäude zum nächsten gingen, zurückkamen und schnell eine Suppe aus dem Automaten aßen.

Denn man ging dorthin, wo man am meisten verdiente. Diese ganze Vorstellung von Loyalität, das hat sich verändert. Die Art, wie wir über Branchen, Jobs, Karriere nachdenken, hat sich verändert. Die Art, wie wir über Religion und Spiritualität nachdenken, alles das hat sich verändert. Die Art, wie wir über Gesundheit, Heilen, Sicherheit nachdenken. Alles das hat sich verändert. Die Welt hat sich verändert, und keiner hat uns das gesagt.

# Kapitel 1: Eine neue Normalität

Lektion 6:  
Abschied von der Vergangenheit

Von der Vergangenheit Abschied nehmen Viele Menschen warten bewusst und unterbewusst darauf, dass die Dinge wieder normal werden. Und das spielt eine Rolle bei der Art, wie wir unser Leben leben. Unsere neue Normalität erfordert ein neues Denken. Ich werde euch also jetzt eine Frage stellen. Sie lautet: Haltet ihr an der Vergangenheit fest? Und dabei geht es mir nicht nur um Fragen der Gemeinschaft und nicht um irgendeine Branche. Es geht um Menschen, um Beziehungen was in unserem Leben geschieht. Haltet ihr an der Vergangenheit fest?

Trauert ihr dem Verlorenen nach? Das ist es, worum es mir geht. Da es einen Widerstand im Mainstream – in den Mainstreammedien, im Mainstreamfernsehen, in Mainstreamdokus, in Mainstream-Klassenräumen, in Mainstream-Lehrbüchern gibt, da es einen Widerstand dagegen gibt, anzuerkennen, dass wir zur Zeit des Zusammenfallens dieser Zyklen leben, da es einen Widerstand gegen das Faktum gibt, dass die Welt, wie wir sie kennen, verschwunden ist, und dass das, was wir momentan erleben, der neue Normalzustand ist. Aufgrund dieses Widerstands haben wir nie Gelegenheit gehabt, zu trauern, um das Vergehen dieser Welt, und der Menschen und der Orte die wir in der Vergangenheit gekannt haben, und die so nicht mehr existieren. Wir haben diese Gelegenheit nicht bekommen. Was ich damit meine? Spreche ich über Trauer oder über das Trauern? Ich mache da einen Unterschied. Wenn wir etwas verlieren, dann ist die Trauer unsere innere Erfahrung, unsere inneren Gedanken und Gefühle zu dem Verlust.

Ich verliere meine Mutter. Und ich bin darauf nicht vorbereitet. Ich dachte immer, dass wir mehr Zeit zusammen haben werden. Dass wir noch Sachen machen, die kleinen Sachen. Wir trafen uns, wenn ich vom Flughafen kam, da haben wir an dem Village Inn Halt gemacht und zusammen eine Schüssel Müsli gegessen. Kleine Dinge wie diese. Ich verliere also meine Mutter, und ich weiß das. Aber ich habe niemals Raum für das Faktum geschaffen, dass ich sie zwei Mal verlieren werde.



Ich verliere sie zum einen so, wie ich sie immer gekannt habe, während ihr Gedächtnis verschwindet und alles, womit sie in Verbindung stand und unsere Vergangenheit, alles das verschwindet. Ich verliere sie auf diese Weise. Und wenn sie diese Welt physisch verlässt, verliere ich sie erneut. Intellektuell weiß ich das natürlich.

Ich bin unterwegs. Auf Tour. Auf dem Flughafen. Ich bin auf der Bühne. Ich weiß das und spüre also über all die Trauer. Ich... habe erst kürzlich gemerkt, dass ich einen Weg finden muss, das auszudrücken. Und das muss jetzt keine große weithin sichtbare Zeremonie oder ein großer Zusammenbruch in der Dusche mit Krokodilstränen und so sein. Wenngleich das für mich so geschehen ist. [Gelächter] Was ich herausgefunden habe, ist, dass mein Körper ... Mein Körper hat physiologisch auf meine Trauer reagiert, die sich nicht als trauernde Handlung ausgedrückt hat. Ich begann – ich bin ein gesunder Mann. Und ich arbeite hart daran, dass ich mein Bestes für euch geben kann, wenn ihr und ich uns verabredet haben, dass wir uns irgendwo auf der Welt auf einer Bühne sehen, dann verspreche ich euch, dass ich präsent bin, fokussiert und dass ich mein Bestes gebe. Und dann können wir miteinander teilen, was an diesem Tag geschieht.

Ich habe alle möglichen Routinen und Rituale, die ich durchgehe, um mir dabei zu helfen, genau da zu sein. Das aber brach zusammen. Und es ist interessant, weil solange ich auf der Bühne stand, war alles okay. Es geschah, als ich zehn Tage nach Hause ging. Ich sagte mir, okay, ich mache 10 zehn Tage Auszeit. Mein Körper aber sagte: Oh, zehn Tage Auszeit? Cool. Du musst nicht auf der Bühne sein? Keine Kameras, nichts dergleichen. Wie wäre es jetzt mit einem Zusammenbruch? Also ... [Gelächter] Das war also unerwartet. Was mir also geschah – es war sehr physiologisch. Ich fing an – ich bekam Herzrasen, Angstzustände und solche Dinge. Und ich sagte mir: Das hatte ich noch nie. Und ich bemerkte ein Muster. Der große Muster-erkenner, der ich bin. Manchmal bin ich ein bisschen langsam beim

Erkennen. [Gelächter] Ich bemerkte, dass jedes Mal, da ich meine Mutter besuchte, dass ich nach der Rückkehr diese Probleme bekam. Und ich sagte mir: könnten da ein Zusammenhang bestehen? Ich habe mich natürlich medizinisch untersuchen lassen, und die Ärzte haben mich natürlich mit Medikamenten zuwerfen wollen. Und ich sagte denen, danke für Ihre Einschätzung. Ich habe die noch nie genommen. Ich glaube, dass die Nebenwirkungen schlimmer sind als das Medikament. Also sah ich mich nach Alternativen um und nach Menschen, die mir helfen konnten. Die halfen mir sehr schnell zu verstehen, dass ich anerkennen musste – es reicht nicht, dass man es weiß – dass ich anerkennen musste, dass ich meine Mutter zwei Mal verlieren würde.

Und als ich das tat, wirklich am Tag selbst, da ich mir das eingestand, waren alle Symptome verschwunden. Mein Körper hat mir nie – ich habe meinem Körper nie die Gelegenheit gegeben, das zu erfahren. Ich erzähle euch das also als Beispiel. Es geht nicht nur um die großen Entwicklungen, die eintreten. Es geht auch um persönliche Dinge, die geschehen. Und es kann an den großen Ereignissen liegen. Martha und ich hatten kürzlich ein Gespräch darüber, wie sich unsere Welt verändert. Ich habe seit meiner Geburt Stiefel getragen. [Gelächter] Im Norden Missouris. Und ich habe die nie weggeworfen. Ich hatte die Stiefel gestern, meine Crew hat die gesehen, ich habe die seit über 30 Jahren. Ich liebe meine Stiefel. Und... und ich habe es beim Reisen immer geliebt, dass in den meisten Orten, wenn es ein Problem gibt, irgendein Schuhmacher war, der einen neuen Absatz dran machen konnte, während ich darauf warte. Oder sie neu besohlen. Oder wenn da was an meinem Bein reibt, kann er das beheben. Diese kleinen Läden sind verschwunden. Habt ihr bemerkt, wie die kleinen Tante-Emma-Läden alle...? Und ich vermisse das. Ich habe das nie richtig anerkannt. Ich sprach also mit Martha und sagte, dass das die Dinge sind, die ich vermisse. Und ich fragte sie: Was vermisst Du? Martha und ich ... das ist schon interessant. Manchmal frage ich sie etwas, und dann gibt es eine lange Pause.

Man nennt das verzögerte Antwort. So nennt man das wirklich. Und wir haben einige Zeit gebraucht, bis wir bemerkt haben, dass Martha eine Person ist, die verzögerte Antworten gibt. [Gelächter] Wenn ich also eine solche Frage stelle, weiß ich dass ich mir erst mal Tee kochen kann. Und wenn ich geduldig zurückkomme, wird sie vielleicht eine Antwort haben. Also fragte ich Martha. Ich fragte sie: Was vermisst Du? Was vermisst Du an unserer Welt? Und sie machte also eine lange, gedankenschwangere Pause. Verzögerte Antwort. Und dann traf sie es genau, wie sie es immer tut. Sie kommt zurück. Sie trifft es genau. Sie sagte also: »Weißt Du, was ich am meisten vermisse?

Sie sagte: Ja, ich vermisse die Dinge, über die Du sprichst. Sie sagte: Was ich am meisten vermisse, ist ... wenn ich morgens aufstehe, dass ich weiß, dass, wenn ich abends zu Bett gehe, dass ich am Ende des Tages alle Dinge erledigt habe, die ich erledigen musste. Sie sagte, dass das nicht mehr passiere. »Ich weiß, dass ganz gleich, wie viel ich auch tue bevor ich abends ins Bett gehe, wenn ich mir meine E-Mails ansehe, jemand von mir etwas Neues erwartet. Etwas wird unerledigt sein, wenn ich ins Bett gehe.« Geht es euch auch allen so? Kennt ihr das? Das ist das Schlimmste, was man machen kann, sich die E-Mails anzuschauen, so 5 Sekunden, bevor man ins Bett geht und all die Anfragen anschauen, die da auf einen warten. Sie vermisst also diese Art zu leben, diese Lebensart. Das betrifft eine Menge. Persönlich in den Familien, aber auch gesellschaftlich. Das Trauern ausdrücken. Wie machen wir das? Manchmal reicht es, anzuerkennen, worum es geht. Ich möchte diese Gelegenheit dazu nutzen, da wir darüber sprechen, da wir gerade darüber sprechen. Wie viele von euch haben sich je die Zeit genommen, etwas zu betrauern, das ihr verloren habt, in den letzten 5, 10, 15 Jahren. Persönlich, gesellschaftlich. Wie viele von euch haben das nicht gemacht? Wie viele von euch glauben, dass nun ein guter Moment wäre, das nachzuholen? Darum sind wir hier. Darum reden wir darüber.

# Kapitel 1:

Eine neue Normalität

## Lektion 7:

Veränderung annehmen

Den Wandel begrüßen Je besser wir uns selbst kennen, desto besser sind wir dafür gewappnet, den Wandel auf gesunde Weise anzunehmen. Wenn wir den Wandel auf gesunde Weise begrüßen, nennen wir das Resilienz. Das ist unsere Fähigkeit, das zu tun, Wandel auf gesunde Weise zu begrüßen. Lasst mich euch helfen, das zu verstehen. Ich möchte nicht technisch werden, aber ich möchte, dass ihr genau erkennt, worüber wir hier sprechen. Was ist Resilienz genau? Es gibt da eine Studie zu. Die wurde vom Institute of Heart Math durchgeführt.

Das ist eine wegweisende Organisation im Norden Kaliforniens, die die Macht des menschlichen Herzens auf neue und aufregende Weise untersucht. Wir werden im Verlauf des Kurses noch viel über Heart Math sprechen und darüber, was die dort tun. Das war eine Studie, die über einen Zeitraum von 60 Tagen durchgeführt wurde. Sie haben Folgendes herausgefunden. Wenn wir in unserem Leben mit neuen Herausforderungen konfrontiert werden, etwas Neues. Das kann ein neuer Job sein.

Oder der Verlust eines Jobs. Eine neue Beziehung. Der Verlust einer Beziehung. Der Verlust eines geliebten Menschen. Einen Vertrag von Hay House unterschreiben, der besagt, dass Du ein neues Buch schreiben sollst, ohne zu merken, dass das Buch in 60 Tagen da sein soll. Ich will nur ... [Gelächter]. Keine Ahnung, woher das kam. Irgendwas. Irgendetwas Neues in eurem Leben. Normalerweise reagieren wir so ... Was wir tun, ist das Folgende. Wenn wir zuerst den Wandel umarmen, sind wir bereit dazu. Dann haben wir die Energie. Die ersten 10 Tage. Schaut euch das an. Das nennt man die Resilienzkurve. Die ersten zehn Tage, sind wir bereit. Wir legen los, machen die Arbeit. Ich erzähle nun weiter von der Geschichte mit meiner Mutter. um meine Erfahrung damit zu illustrieren, denn meine Mutter wurde so diagnostiziert, dass sie nicht wussten, was mit ihr los war, aber dass ich sie verlieren werde. Sie sagten, wir können Ihnen nicht sagen, was los ist, aber wir können Ihnen an den Scans zeigen, dass ihre Hirnzellen sich auflösen.

Es ist nicht so, dass das Gehirn kleiner wird. Es ... .. löst sich auf. Es schwindet. Es verschwindet. Und während es verschwindet, nimmt es einige Funktionen mit. Und ich bin ein Forscher. Ich bin Wissenschaftler. Meine erste Antwort war: Was? Ins Internet gehen, stimmt's? Ins Internet gehen und recherchieren. In diesen ersten zehn Tagen, Mann, bin ich also überall im Netz unterwegs. Ich schaute mir an, was die Leute darüber wissen und was die Forschung darüber weiß. Ich benutze mich also selbst als Beispiel hier. Die ersten zehn Tage bin ich voller Energie.

Und es waren nicht exakt zehn Tage, aber irgendetwas um den Dreh. Und dann bleibt es gleich. Das ist das, was Wissenschaftler sagen, dass wir es tun. Wir erreichen einen Höhepunkt, abhängig von der Resilienz, die uns in dem Moment zur Verfügung steht. Wenn man sich Resilienz als eine Art Batterie, emotionale Batterie vorstellt, die wir in unserem Körper haben, und eure Fähigkeit, diese Batterien aufgeladen auf optimalem Level zu halten. Genau so, wie man alte Batterien rausnimmt, und dann neue Batterien mit höherer Kapazität einsetzt, während wir neue Tools erlernen, um mit Wandel zurechtzukommen, erhalten wir eine höhere Kapazität für Resilienz.

Darüber sprechen wir gerade. Die meisten Menschen erreichen nach zehn oder 30, 40 Tagen den Höhepunkt. Und dann bauen sie ab. Man nennt das emotionale Erschöpfung. Richtig? Wir kennen das alle. Glücklicherweise habe ich das nicht erleben müssen, da ich die Werkzeuge hatte, die ich nun mit euch teilen werde. Und was mir diese Werkzeuge erlauben ... Das ist die Resilienzkurve, mit der man sich einer spezifischen Herausforderung stellt. Unser Ziel in diesem Kurs ist es, mit dem, was man hat, mit der Kurve, die man hat, die wir alle haben, die ihr alle habt, alle haben einen Grad an Resilienz. Ihr habt sie genau jetzt. Ihr habt sie bereits. Es ist nicht so, als hättet ihr das nicht. Unser Ziel ist es, von welchem Ort auch immer ihr kommt, das zu tun. Die untere Linie zu erhöhen. Die Resilienz zu vergrößern, die es erlaubt, diese Batterien höher aufzuladen.



Und das Ziel dessen ist, dass wir unsere Resilienzgrenze erhöhen, so dass wir Wandel auf gesunde Weise annehmen können. Ganz gleich, was der Wandel auch ist. Ob es nun eine große Veränderung in der Welt ist oder ob es eine große Veränderung in unserem persönlichen Leben, bei unserer Gesundheit oder wobei auch immer ist.

Das ist es, was wir hier machen. Und wir machen das, indem wir direkt Techniken erlernen, die sich bewiesen haben und im Labor getestet wurden, so dass unsere Körper physiologisch in der Lage sind, Wandel anzunehmen. Resilienz geschieht für uns auf einer persönlichen Ebene und auch auf einer sozialen und gemeinschaftlichen Ebene. Ich konzentriere mich jetzt auf persönliche Veränderungen und damit beende ich dieses Kurssegment unseres Kurses jetzt.

Das ist es, was ich euch sagen wollte in diesem Kursabschnitt. Was haben wir also gerade zusammen gemacht? Zum einen haben wir das Faktum identifiziert, dass wir in einer Zeit der Extreme leben. Und ich habe euch erzählt, warum das passiert und über die zusammentreffenden Zyklen gesprochen, die das verursachen. Zweitens haben diese Extreme einen neuen Normalzustand geschaffen. Im Grunde ist die Welt, die wir heute haben, die Welt die wir für den Rest unseres Lebens haben. Es ist die Welt, die unsere Kinder für den Rest ihres Lebens haben. Statt also darauf zu warten, dass die alte Welt zurückkommt und dagegen anzukämpfen, was nun mal da ist, erweisen wir uns selbst Respekt, indem wir das Faktum anerkennen, dass das die neue Normalität ist und dass wir einfach die Generation sind, die das durchlebt. Und dass wir bereits alle Lösungen haben, die wir benötigen, dass aber das Denken der Schlüssel dazu ist, diese neuen Lösungen, auf neue und gesunde Weise anzunehmen.

# Kapitel 2:

Wer sind wir?

Lektion 1:

Suche nach uns selbst

Wir haben im ersten Teil sehr viel besprochen. Die Kernaussage lautet: Die Welt ist heute anders. Wir leben in einer Zeit der Extreme. Was als »normal« gilt, hat sich verschoben. Und niemand hat das bisher öffentlich im Mainstream angesprochen. Und während wir anfangen, für uns anzunehmen, dass wir eine solch seltene Konvergenz einer Reihe ungewöhnlicher Zyklen erleben, also Klima, Konflikte, Wirtschaft – auf eine Weise, wie wir es seit über 5000 Jahren nicht erlebt haben. Und niemand, der heute lebendig ist, war damals am Leben. Nehme ich an. Während wir also beginnen, die Tatsache dieser Zyklen anzuerkennen, erhalten wir einen gedanklichen Rahmen, um sehr anders denken zu können. Und darum geht es im zweiten Teil dieses Kurses. Wer sind wir? Oder etwas persönlicher: Wer bin ich? Ihr werdet euch diese Frage stellen.

Ich werde darüber sprechen, was die Wissenschaft und unsere indigenen Vorfahren uns immer schon über unsere Beziehung mit der Welt gelehrt haben. Wer sind wir? Unsere Beziehung mit der Welt. Die neue »Normalität«, über die wir gesprochen haben, erfordert ein anders Denken, als wir es in der Vergangenheit getan haben. Und das gilt vermutlich für alle Menschen. Wenn ich euch also sage, dass die Art und Weise, wie ihr eine Frage beantwortet, den Schlüssel dazu bereithält, anders zu denken, wenn ich sage, die Art und Weise, wie Du eine Frage beantwortest, enthält den Grund für jede Entscheidung in Deinem Leben, würdest Du wissen wollen, wie die lautet? Jede Entscheidung, die Du je getroffen hast ... wann immer Du eine Beziehung eingegangen bist, jedes Mal, wenn Du eine Beziehung abgelehnt hast, jedes Mal, wenn Du einen Job angenommen, jedes Mal, wenn Du einen Job abgelehnt hast, und den Job dann doch angenommen hast, jede Frage bezüglich Deiner Gesundheit ... Wenn ich Dir sage, die Antwort auf eine bestimmte Frage, enthält den Schlüssel weshalb Du die Entscheidung getroffen hast. Würdest Du wissen wollen, wie sie lautet? Wenn ich Dir sage, dass die Art und Weise, wie Du die Frage beantwortest, ist die Basis jeder Entscheidung, die Du je in Deinem Leben getroffen hast.

Wenn ich Dir sage, dass die Art, wie Du diese Frage beantwortest, ist das der Kern jeder Herausforderung. Ich weiß, dass ich vor einem Hay House-Publikum stehe. Hier kennt bestimmt keiner Herausforderungen. Da ihr so viele großartige Autoren habt, die so wunderbare Informationen bieten, um mit den Herausforderungen des Lebens zurechtzukommen. Allerdings kennt ihr bestimmt Menschen, die derzeit vor Herausforderungen stehen. Wenn ich euch also sage, die Art, wie ihr eine bestimmte Frage beantwortet, ist das der Ursprung für all diese Dinge, es ist der Grund für jede Entscheidung. Es ist die Grundlage für jede Wahl, der Kern jeder Herausforderung...

Möchtet ihr wissen, wie diese Frage lautet? Sagt jetzt ja! Denn ansonsten wird das ein sehr kurzer Vortrag. Sagt also: Gregg, wie lautet die Frage? [Publikum: Gregg, wie lautet die Frage?] Ich freue mich, dass ihr fragt! Denn die Antwort auf diese Frage ist verführerisch einfach. Lasst euch von der scheinbaren Einfachheit dieser Frage nicht täuschen. Jeder Mensch, der je auf diesem Planeten gewandelt ist, – und das gilt für jeden Zeitpunkt der Geschichte, für jede Gesellschaftsform, für jedes Mitglied der Gesellschaft, für jede Zivilisation – wird an irgendeinem Punkt – bewusst oder unbewusst – wie wir alle zu dem Punkt kommen, an dem wir die Frage stellen müssen, die da heißt: Wer bin ich? Wer bin ich? Und da wir hier viele sind, wird die Frage zu: Wer sind wir? Mir haben Leute die Frage gestellt: Gregg, was macht es für einen Unterschied? Warum interessiert Dich das überhaupt? Warum sollte man Zeit investieren, um diese Frage zu beantworten.

Und das ist eine gute Frage. Es ist aus einem sehr einfachen Grund wichtig. Es ist wichtig, weil wir unsere Leben, unsere Probleme und unsere Entscheidung darauf basieren, wie wir uns selbst sehen. Wenn Du die Frage »Wer bin ich?« beantwortest, beschreibst Du, wie Du Dich und Deine Beziehung siehst. Tag für Tag lebst Du viele Beziehungen. Du lebst in einer Beziehung mit Dir selbst, in einer Beziehung zu anderen Menschen, in einer Beziehung mit der Erde, in einer Beziehung mit der Vergangenheit, in einer Beziehung

mit der Zukunft. All diese Dinge hängen davon ab, wie Du die Frage »Wer bin ich?« beantwortest. Die Antwort auf diese Frage formt die Linse, die emotionale Linse, die psychische Linse, durch die Du Dich selbst siehst, definierst und Deine Position in der Welt bestimmst. Plötzlich wird es zu der vielleicht wichtigsten Frage überhaupt. Wer bin ich? Die kurze Antwort lautet: Du bist nicht, was man Dir gesagt hat - und wir schauen uns das genauer an - Und Du bist mehr, viel mehr als Du Dir je erträumt hast. Ich habe den Großteil meines Erwachsenenlebens damit verbracht, die Antwort auf die Frage »Wer bin ich?« für mich selbst zu finden.

Ich wollte das zuerst für mich selbst herausfinden. Und als ich damit anfing, das zu teilen, was ich herausgefunden habe und was ich als derzeit wahr erkenne – und das ändert sich – ich wurde schon auf der ganzen Welt danach gefragt ... Die Menschen schauen sich gern diese Fotocollage an. Und mir wurde gesagt, Gregg, Deine Reise, Deine Suche nach Selbsterkenntnis das kann man im Verlauf der Jahre an der Länge Deiner Haare erkennen. Und inzwischen an der Farbe Deiner Haare. Einige sehen sich das Bild in der unteren rechten Ecke an – das war 1968. Das war in Ägypten, es war meine erste Reise nach Ägypten. Und ja, damals waren meine Haare ein bisschen länger ... Ähmm ... Ich bin froh, dass es sie immer noch gibt. Mein Weg aber ... wie ich schon an anderer Stelle in diesem Kurs gesagt habe, Mein Weg basiert auf meinem Glauben, dass wenn ich die Plätze finden könnte, die am wenigsten von der modernen Welt gestört werden, dass das Wissen an diesen Orten intakter vorzufinden ist, jenes Wissen, das unsere Vorfahren geteilt und über Generationen weitergegeben haben.

Meine Aufgabe war es also, diese Orte zu besuchen. Und wie gesagt sind die normalerweise isoliert, meist sehr abgelegen, meist irgendwo auf einem Berg oder tief im Dschungel. Unberührt, überwältigend, von absoluter Schönheit. Absolut schön. Und jetzt nehme ich mir einen Augenblick und sage: Schönheit ...

hat in meinem Leben eine so große Rolle gespielt, darüber werden wir später auch noch sprechen. Es war eine treibende Kraft, die mich zu einigen dieser Orte geführt hat. Denn ich bin überzeugt davon, dass Schönheit mehr als nur einfach etwas Ästhetisches ist. Ich glaube, dass es eine Naturgewalt ist. Und wenn wir in Schönheit eintauchen, ändern wir uns im Angesicht der Schönheit.

Für mich hat das eine solche Macht, dass ich, als ich die Entscheidung traf, die Unternehmenswelt zu verlassen, für was auch immer als Nächstes kam, um mein Buch zu schreiben oder was auch immer. Ich musste mich entscheiden, ob ich in einer weiteren großen Stadt leben wollte, die sehr bequem war, die in der Nähe meiner Freunde und all der Dinge war, die ich in meinem Leben haben wollte, oder würde ich etwas anders tun? Würde ich an einen Ort ziehen, wo ich beim Aufwachen morgens von Schönheit umgeben bin. Das war die Entscheidung, die ich 1990 getroffen habe.

Das ist der Grund, weshalb wir in High Desert im Norden New Mexicos, eine Stunde vom nächsten Laden und eine Meile vom nächsten Nachbarn entfernt. Das ist nicht bequem. Es ist schön und es ist mächtig. Und ich verändere mich. Ich verändere mich als Person in der Gegenwart von Schönheit. Und ich glaube, dass wir das auf die ein oder andere Weise alle tun. Schönheit war also eine Antriebsfeder bei vielen der Orte, die ich sehen konnte

Meine Reise hat mich zu einigen der großartigsten Orte geführt, die wir auf der Erde geschaffen haben. Wunderschöne Tempel wie dieser hier, 4800 Meter über dem Meeresspiegel. Er liegt im Hochland von Zentralchina auf der tibetischen Hochebene. Einige der prachtvollsten Tempel, die heute noch erhalten sind. Oder mysteriöse Orte, wie diese Treppe in den Bergen Ägyptens. Manche sagen mir, Gregg, ich wusste gar nicht, dass es in Ägypten Berge gibt. Wenn Du Afrika durchquerst und auf die andere Seite gehst, unter den Suez-Kanal, hoch zur Sinai-Halbinsel, das sind die Berge von

Ägypten. Und diese Treppe, die zu diesem Bogen führt, ermöglichte mir die Entdeckung.... die Entdeckung... als hätte ich es entdeckt... sie führte mich zu meinem ersten Erlebnis von dem hier... ein sehr bescheidenes Kloster. Das Kloster besteht aus Lehmziegeln und steht dort seit etwa 1500 Jahren. Ihr seht gerade, was ich das erste Mal sah, als ich dort hinkam. Es war vollkommen unklar, was sich im Innern der Kathedrale, in der Kapelle befinden würde. 2.100 Meter über dem Meeresspiegel auf der Sinai Halbinsel.

Als ich eintrat, und was ihr jetzt seht, ist das, was ich als Nächstes sah. Und das ist genau das, was ich sagte, als ich da reinkam. Ich sagte: Mein Gott, wie nur haben die das geschafft. Und dann wurde mir klar, mein Männer-Gehirn wurde wach, das ist jetzt 1500 Jahre hier, die hatten 1500 Jahre Zeit einzukaufen. 1500 Jahre zum Dekorieren. Die Kirche hat natürlich Zugang zu allen möglichen Dingen. Doch der Grund, weshalb ich euch das zeige, ist, dass aufgrund solcher Orte wo die Aufzeichnungen unserer Geschichte bisweilen am besten aufbewahrt werden. Und in diesem speziellen Kloster wird anerkanntermaßen nur noch überboten vom Vatikan selbst, vorchristliche und christliche Traditionen bewahrt.

In dieser Bibliothek hatte ich Gelegenheit, mit den Mönchen zu sprechen, die diese Bibliothek bewahren. Ich konnte die Kunst, die Holzschnitte ansehen, die die Kreuzigung von Jesus Christus darstellen. Illuminierte Handschriften, die das Geschehen beschrieben und die Bilder, die nach der Kreuzigung des Mannes angefertigt worden waren. Und der einzige Grund, warum ich das hier erzähle, ist, weil ich zeigen möchte, wie intakt diese Art Informationen sein können, sobald wir die von der modernen Welt am wenigsten berührten Orte finden. Ich hatte Gelegenheit, Zivilisationen zu besuchen, die mysteriös sind, Überbleibsel von Zivilisationen, die für Archäologen unklar sind. Es gibt allerlei Theorien, die Wahrheit aber ist, dass wir nicht wissen, woher die Leute kamen, die diese Orte gebaut haben und wir wissen nicht, wohin sie verschwunden sind, als sie gingen. Wir wissen nicht, woher sie



ihr Wissen hatten – den Zyklus der Zeit. Sie kannten Mathematik, sie kannten die Sonnenzyklen, Landwirtschaft, sie kannten Architektur. Sie kamen, hinterließen etwas und sind dann verschwunden. Und ich glaube, dass sich in dieser Hinterlassenschaft die Antworten auf unsere größten Geheimnisse unserer Existenz befinden. »Wer sind wir?«

# Kapitel 2:

## Wer sind wir?

### Lektion 2:

Zur alten Weisheit schauen

Dies ist ein Kloster in Tibet. Und ich bin froh, dass wir das in den späten 90ern dokumentiert haben. Denn dieses Kloster existiert heute nicht mehr. Und auch die Bibliothek innerhalb des Klosters, die ich euch gleich zeige, existiert nicht mehr. Sie wurde auseinander genommen. Jetzt befinden sich die Texte in Privatsammlungen, vielleicht in Museen oder Universitäten, sie existiert nicht mehr in der Art, wie ihr es gleich sehen werdet. Wenn ihr den Ausdruck auf dem Gesicht dieses jungen Mönchs sehen könntet ... Das ist ein sehr abgeschiedenes Kloster ... die haben nicht viel Gesellschaft. Er fühlte sich so geehrt, dass wir einmal um die halbe Welt gereist sind...

Es hat 16 Tage gedauert, bis wir das Kloster erreicht haben. Um sich an die Höhe zu gewöhnen. Die Straßen waren sehr schlecht. Er fühlte sich sehr geehrt, dass wir kamen, damit er uns zeigen konnte, um uns zu zeigen, was sie dort bewahren. Dazu hat er nicht oft Gelegenheit. Wir folgen ihm also in eine leere Gesangshalle, vorbei an diesen schönen Gebetsmühlen. Wenn ihr noch nie von Gebetsmühlen gehört habt: das sind große Zylinder, und im Inneren eines jeden Zylinders befindet sich ein fortlaufendes Blatt aus entweder Leinen oder Papier, auf das das gleiche Gebet 108 Mal gedruckt und das um den Zylinder im Inneren gewickelt wurde. 108 ist in der buddhistischen Tradition eine sehr bedeutsame Zahl. Und außen findet man das Gebet auf den Zylinder eingepreßt, und die Idee ist, dass solange man den Zylinder weiterdreht, die Bewegung der Drehung das Gebet in die Welt entlässt. Und das ist die Vorbereitung, bevor wir in diese heilige Bibliothek gehen. Wir liefen also an ihnen vorbei in einen Raum, der vollkommen dunkel war.

Als wir den Raum betraten, sah das so aus. Und als das Licht anging, war das, was ich sah genau das, was ihr jetzt seht. Und ich hatte nur eine kleine Gruppe von Leuten mit. Als das Licht anging, sah man diese Bibliothek hier, und einige von euch haben die schon gesehen. Andere noch nie. Meine Hand ist mit einer Taschenlampe unten im Bild. Wir sehen in die Ecke einer

dreistöckigen Bibliothek. Die wurde vor 1500 Jahren gebaut. Sie ist sehr eng, nur etwa 3,5 Meter breit und hat 3 Stockwerke. Und dies sind tibetische Bücher. Es sind lose Seiten, die zwischen die Buchdeckel gestopft wurden. Und der Grund, weshalb mir das wichtig ist, ist, dass die Informationen in diesen Büchern älter als das Papier ist. Die Informationen gab es schon lange, bevor Papier überhaupt erfunden wurde. Die Informationen stammen aus alten Keilschriften und antiken Texten in Sanskrit, von Texten, die auf Stein, dem einzigen Datenträger ihrer Zeit, festgehalten wurden, die später auf Papiere geschrieben wurden, die später die Grundlage für den buddhistischen Kanon tibetischer Tradition.

Auch für die Schriftrollen vom Toten Meer der hebräischen Tradition, für den Koran, in der muslimischen Tradition. So unterschiedlich diese Traditionen auch sein mögen, sie kommen aus der gleichen gesammelten Weisheit. Und ich glaube, dass wenn etwas stimmt, dass das dann an vielen Orten auftaucht und durch viele Menschen hervorgebracht wird. Die Propheten also bringen diese Informationen hervor. Der traditionelle buddhistische Kanon, der sich von dem tibetischen Kanon unterscheidet. Und die vorchristlichen und christlichen Traditionen wie bei diesem hier. Das sind Seiten aus einem Buch, die im 4. Jahrhundert aus der modernen Bibel entfernt wurden. Es war das Thomasevangelium. Und wie werden uns darauf nicht als religiösen Text beziehen, sondern als Text des Wissens. Das Thomasevangelium wurde von einem Schriftgelehrten erstellt, der, wenn wir dem Text glauben wollen, Jesus folgte.

Er folgte ihm durch die Wüste. Und wenn Jesus etwas Bedeutsames sagte, schrieb Thomas es auf. Und dabei ging es gar nicht so sehr um Religion. Es ging um uns und unsere Beziehung zur Welt. Und wie wir mit der Welt kommunizieren. Dem werden wir uns genauer widmen, denn da waren einige sehr starke Stellen, die im 4. Jahrhundert aus der modernen Bibel entfernt wurden, Wenn sie drin geblieben wären, würde das Christentum einigen

buddhistischen Traditionen, die wir heute kennen, sehr ähnlich sehen. also wenn wir über Mitgefühl, Gefühle und dergleichen reden. Vor dem 4. Jahrhundert war das also ein wichtiger Teil der Bibel, bis ... der Konzil von Nicäa – Kaiser Konstantin rief ein Konzil ein – und über 40 Bücher wurden entfernt. Und die die blieben, wurden gekürzt und neu geordnet und wurden zur Bibel, wie wir sie heute kennen. Wenn also jemand fragt, Gregg, möchtest Du über die Bibel sprechen, dann sage ich: »Klar. Über welche?« Denn es gibt unterschiedliche Versionen, und einige stammen aus der Zeit vor den Bearbeitungen und einige stammen aus der Zeit danach. Ich finde, dass das eine wichtige Frage ist.

Diese Texte und die Weisheit in diesen Texten werden jedoch in den Klöstern aufbewahrt. Und die Traditionen finden sich in den Klöstern, in denen die Menschen das leben, was in den Texten steht. Das sind Sadhus im Norden Nepals. Interessanterweise, das muss ich kurz erzählen, war ich in Kanada, als sich kürzlich das Erdbeben in Nepal ereignete. Und ich war auf der Bühne und habe dieses Bild gezeigt. Und es ging ein Bild durch die Medien, auf dem zu sehen war, dass dieser Tempel während des Erdbebens zerstört wurde. Ihr seht also jetzt einen Tempel – die Menschen sind glaube ich unversehrt – aber den Tempel gibt es nicht mehr. Ihr seht hier also Aufzeichnungen von Tempeln, die sehr lange existiert haben und in der Form wie wir sie heute sehen, nicht mehr existieren. Aber ich hatte Gelegenheit die Menschen zu treffen, die die Traditionen leben.

Und das ist wichtig. Ich habe mit diesen Menschen Zeit verbracht. Wir haben zusammen gegessen. Ich habe die Geburt ihrer Kinder miterlebt. Ich war bei ihnen, als ihre Familien getötet wurden. Ich war bei ihnen, als in ihren Ländern Revolutionen stattfanden. Und das ist die menschliche Komponente. Das ist es, wie Menschen zusammen kommen. Das ist es, wie Vertrauen entsteht. Von Mensch zu Mensch. So dass in dem Moment, da ich sie anschau, Auge in Auge, Herz zu Herz, Geist zu Geist, Gott zu Gott,

und ich den Männern und Frauen, die ich auf diese Weise kennengelernt habe, die Frage stelle: Was weißt Du über Deine Beziehung mit der Erde? Wenn ich Dich frage »Wer bist Du?«, wie würdest Du das für mich beantworten? Was kannst Du mir über die Ursprünge der Menschheit sagen? Und über unsere Beziehung zu dieser Welt da draußen? Sind wir allein und machtlos? Oder sind wir irgendwie verbunden und befähigt? Und wenn wir verbunden und mächtig sind, wie funktioniert das dann? Es sind die zwischenmenschlichen Erfahrungen, durch die wir Freundschaft, Kameradschaft und Vertrauen entwickeln, die diese Art von Austausch von Informationen möglich machen.

Das hier ist mit einem Schamanen, der schöne Mann in der Mitte. Er stammt aus der Hochebene der Südanden in Peru Dann der Schamane, mit dem ich in Yucatán Zeit verbracht habe. Dann die wunderbaren Frauen, in denen die weibliche Weisheit wohnt. Die erlebt gerade eine mächtige Wiederkehr. Die Weisheit des Herzens. Das ist die Basis der weiblichen Weisheit. Dieses Foto wurde vor etwa sechs Wochen aufgenommen. Ich war da bei einer sehr lieben Freundin im Süden Perus. Und sie hat sich in den letzten 20 Jahren überhaupt nicht verändert. Wenn ich euch ein Bild von ihr von vor 20 Jahren zeigen würde, könntet ihr sehen, dass sie da genauso aussieht wie heute.

Ich habe sie gefragt: Liegt das am Tee, den ihr trinkt? Dann will ich den auch. Mein Bruder Gregg, antwortete sie, das Geheimnis ist, glücklich zu sein. Das ist es, was sie sagt. Sie ist glücklich, hat wunderschöne Kinder und betreibt eine Frauenkooperative. Dort erwirtschaften die Frauen den Umsatz, und die Männer arbeiten für die Frauen in dieser Gemeinschaft. Und das funktioniert sehr gut. Das funktioniert wirklich, wirklich gut. Es geht also darum, dass ich die Gelegenheit hatte, zu den Orten zu gehen, die diese Weisheit auf eine Weise bewahren, die ich als intakter empfinde.

So dass wir Teile dieser Weisheit aufsammeln können. Nochmal, ich sage damit nicht, dass wir auf primitive Weise leben sollten, was ich aber sage ist, dass in diesen uralten Betrachtungsweisen der Welt Erkenntnisse stecken, die für unser Leben Bedeutung haben, die wir in unserem Leben anwenden können.



# Kapitel 2:

Wer sind wir?

## Lektion 3:

Wissenschaftliche Fragen und Antworten

Wissenschaftliche Fragen und Antworten Seit 5000 Jahren fragen sich unsere Vorfahren: Wer bin ich? Wer sind wir? Und sie haben diese Frage so beantwortet, wie es für sie Sinn ergab. Nun, das war nicht wissenschaftlich. Das waren keine Wissenschaftler. Aber das mussten sie auch nicht sein, weil es in der Wissenschaft um Details geht. Wissenschaft erklärt uns, wie die Dinge funktionieren. Unsere Vorfahren mussten aber nicht wissen, wie etwas funktionierte, sie mussten wissen, wie sie es in ihrem Leben anwenden können. So dass sie für sich selbst und ihre Familien und ihre Gemeinschaften ein besseres Leben schaffen konnten. Sie haben die Frage »Wer sind wir?« also 5000 Jahre lang so beantwortet, dass es für sie Sinn ergab. Wir aber leben in der modernen Welt.

Unsere Gesellschaft basiert zu großen Teilen auf Wissenschaft und Technologie. Wissenschaft aber ist nicht 5000 Jahre alt. Wissenschaft begann erst vor ungefähr 300 Jahren, Man sagt, dass die Wissenschaft in der Zeit von Isaac Newton ihren Anfang nahm, als er die Gesetze der Physik formuliert hat. Da hat die Wissenschaft also begonnen. Die meisten wissenschaftlichen Erkenntnisse stammen aus den letzten 150 Jahren. Die Wissenschaft ist also nur etwa 300 Jahre alt. Wissenschaft hat in nur 300 Jahren versucht, was unsere Vorfahren in 5000 Jahren getan haben. Wissenschaft hat versucht, die Fragen »Wer bin ich?« und »Wer sind wir?« zu beantworten. Die Wissenschaft glaubt, dass wir mit der Beantwortung sechs weiterer Fragen die große Frage beantworten können: Wer sind wir?

Wenn wir sechs separate Fragen über uns selbst beantworten können – sie werden ewige Fragen genannt – weil sie durch die Jahrhunderte immer wieder gestellt wurden. Die Wissenschaft sagt, dass wenn wir diese Fragen beantworten, dann finden wir es heraus. Dann können wir definitiv sagen, wer wir sind. Ich werde sie euch also sagen. Ich zeige sie euch auf einer umgekehrten Pyramide, an deren unterem Ende die fundamentalste aller Fragen steht. Dann gehen wir von unten die Pyramide nach oben durch. Die

fundamentalste Frage, die wir uns stellen können, wenn wir die Frage beantworten wollen, wer wir sind, die fundamentalste Frage lautet: Woher kommt das Leben? Was ist der Ursprung des Lebens? Die zweite Frage: Was ist der Ursprung menschlichen Lebens? Interessant, oder? Es gibt nämlich die Annahme, dass menschliches Leben nicht daher kommt, wo alles andere Leben herkommt.

Das ist eine wichtige Frage. Wir werden später noch dazu kommen. Die dritte Frage dreht sich um Beziehungen: Welche Beziehung haben wir zu unserem Körper? Sind wir losgelöst und machtlos? Wenn es darum geht, den Körper und seine Funktionen zu heilen? Macht der Körper sozusagen »sein eigenes Ding«? Und einige von uns haben halt Glück und andere nicht? Oder stehen wir irgendwie mit unserem Körper in Verbindung? Eine wichtige Frage, mit der die Wissenschaft ringt. »Wie ist unsere Beziehung mit der Welt?« lautet die vierte Frage. Der dritten Frage sehr verwandt. Sind wir in Bezug auf die Welt losgelöst und machtlos? Oder sind wir verbunden mit der Welt, sind wir in der Lage, die Welt zu beeinflussen ... ich verwende dieses Wort absichtlich und bewusst. Ich spreche nicht über Kontrolle oder Manipulation. Haben wir die Fähigkeit, unsere Umwelt außerhalb unseres Körpers zu beeinflussen?

Endet unser Einfluss an unserer eigenen Haut? Oder sind wir auf eine Weise außerhalb unserer Haut verbunden, so dass wir die Welt außerhalb von uns beeinflussen können? Das ist eine sehr, sehr bedeutende Frage. Das ist die Basis vieler esoterischer, spiritueller und religiöser Traditionen. Die Wissenschaft befasst sich inzwischen damit. Die nächste Frage, die fünfte, lautet: Wie ist unser Verhältnis zur Vergangenheit? Zivilisation. Uns wird in der Schule beigebracht, dass die moderne Zivilisation dass die fortgeschrittenen, technologischen Zivilisationen vor etwa 5000 – 5500 Jahren entstand. Wir begannen in primitiven Kulturen und seitdem gibt es einen linearen Fortschritt, der linear auf den Höhepunkt zusteuert, der zu den

ausgefeilten Fortschritten, die wir heute erreicht haben. So wird es uns beigebracht. Die Frage ist: Ist das wahr? Ist das bereits geschehen? Oder funktioniert Zivilisation in Zyklen? Gab es zyklische Entwicklung bei fortschrittlichen Gesellschaften? Gab es sie vielleicht sogar vor Atlantis? Wir haben über Atlantis gesprochen. Gibt es wissenschaftliche Beweise dafür? Das ist eine gute Frage, denn wenn die Antwort »Ja« lautet, verändert das die Antwort auf: Wer sind wir? Auch die Art, wie wir über uns selbst nachdenken. Die letzte Frage ist vielleicht die wichtigste. Was ist das grundlegende Naturgesetz? Denn wenn wir die Gesetzmäßigkeit der Welt um uns herum verstehen, dann können wir Entscheidungen treffen und unser Leben gestalten.

Wir können für unsere Gesundheit sorgen. Wir gründen Familien und Gemeinschaften. Wir erfinden Technologien. Wenn wir mit den fundamentalen Gesetzen der Natur in Einklang erschaffen und denken können, wird unser Leben nachhaltiger. Wenn wir unser Leben, unsere Welt, unsere Familien, unsere Körper auf eine Weise gestalten, die nicht im Einklang mit der Natur steht, dann bekommen wir Probleme. Ich denke, das wissen wir alle. Wir sehen, was mit genetisch veränderten Lebensmitteln passiert, und wie unsere Körper sich nicht auf bestimmte Technologien einstellen können. Es geht nicht darum, ob die Technologie an sich gut oder schlecht ist. Sie passt nicht zu uns. Mein Glaube ist sehr groß, ich glaube Wissenschaft... Wissenschaft ist etwas Gutes. Aber sie hat nicht alle Antworten. Man kann Technologie nicht als richtig, falsch, gut oder schlecht bewerten. Sie ist schlicht da. Es geht um das Denken hinter der Technologie.

Es geht um das Bewusstsein, das sich entscheidet, die Technologie positiv einzusetzen oder so, dass sie uns nicht dienlich ist. Diese fundamentalen Fragen also wenn wir die beantworten, so sagt die Wissenschaft, dann können wir auf die Frage »Wer sind wir?« antworten. Wenn ihr in den letzten 150 Jahren im Westen ausgebildet worden seid, – so wie es auch für mich

selbst zutrifft – dann wurden euch und mir ein Märchen aufgetischt. Ein wissenschaftliches Märchen. Und ich muss euch sagen, dass es falsch ist. Es beruht auf falschen Annahmen. Wir sind das Produkt einer Denkrichtung, die auf falschen Annahmen der Wissenschaft beruht. Und manche sagen: Gregg, selbst wenn das stimmt, welchen Unterschied macht das? Das ist eine gute Frage. Und hier ist die Antwort. Ich sage euch, was diese falschen Annahmen sind. Wissenschaft ist etwa 300 Jahre alt. Viele Bereiche der Wissenschaft entstanden erst Mitte des 19. Jahrhunderts.

In der Mitte und zum Ende des 19. Jahrhunderts und im frühen 20. Jahrhundert. Interessanterweise begannen wir um diese Zeit auch, unsere Gesellschaft aufzubauen. Auch wenn wir nun im 21. Jahrhundert leben, basiert unsere Gesellschaft auf Prinzipien, die im späten 19. Jahrhundert, im frühen 20. Jahrhundert geschaffen wurden. Unser Wirtschaftssystem, das nicht nachhaltig ist, wurde im späten 19. Jahrhundert geschaffen, das System der Unternehmen, die Art, wie wir Ressourcen ausbeuten, die Verteilung der Ressourcen, die Art, wie wir Konflikte zwischen Nationen lösen. Alle diese Dinge, die derzeit Probleme in der Welt verursachen, basieren auf Prozessen, Auffassungen und Denkweisen, die im späten 19. und frühen 20. Jahrhundert entwickelt wurden, abhängig davon, wie diese Fragen beantwortet werden. Was haben wir also gelernt?

Das ist es, was wir gelernt haben. Uns wurde beigebracht, dass der Ursprung des Lebens ein purer Zufall sei. Ein Zufallsprodukt. Der Ursprung des menschlichen Lebens ist Zufall. Uns wurde beigebracht, dass unser Körper von uns im Grunde getrennt ist und dass wir machtlos sind, was die Beziehung zu unserem Körper angeht. Ich erzähle euch ... ich meine, wirklich ... der Moment, als ich es intellektuell wirklich verstanden habe, das war in den 80er Jahren, als ich in Denver lebte und Leistungssportler war. Das war innerhalb des Betriebssports. Ich konnte in der High School nicht viel Sport machen, weil ich nachmittags arbeiten musste. Ich musste also erst

für ein Unternehmen arbeiten, bevor ich in Wettkämpfe antreten konnte, mit dem Team meines Unternehmens, gegen das eines anderen Unternehmens, bei Triathlon-Wettbewerben. Als ich mich das erste Mal am Knie verletzte, stand ein Rennen bevor, also ging ich zu einem Arzt. Und das war auch so ein Ort, an dem ich glaubte, dass jeder so dachte wie ich. Ich ging also zum Arzt, damit er mir bei der Heilung meines Beins half. Der Arzt schaute sich mein Knie an, er kniete vor mir, während ich auf der Ecke einer kleinen Bank in seinem Praxiszimmer saß. Und während er es untersuchte, kam mir in den Sinn, ihn zu fragen, denn ich hatte Vertrauen und Respekt in meinen Arzt.

Und ich fragte: Können Sie mir sagen, was ich visualisieren kann, was kann ich spüren, das meinem Knie helfen könnte, schneller zu heilen, dass ich in 10 Tagen zum Rennen antreten könnte. [Gelächter] Was kann ich visualisieren und was kann ich fühlen, damit mein Knie schneller heilt? Und ich erinnere mich, dass er mich ansah und mich »mein Sohn« nannte. [Gelächter] Da ist also ein Muster. Und ich sage euch genau, was er sagte. Er sagte: »Mein Sohn, Du kannst alles Mögliche visualisieren und fühlen. Das wird für dein Knie nicht den geringsten Unterschied machen. Dein Knie wird heilen, wann immer es heilt. In diesem Moment dachte ich: Uh, falscher Arzt. [Gelächter] Es war nun klar, dass er sehr, sehr anders als ich dachte. Und es spricht einiges dafür, dass Gedanken, Gefühle und Glauben unsere Körperchemie sehr stark beeinflussen.

Damit werden wir uns heute noch näher befassen. Das ist die Konditionierung. Und das war seine Konditionierung. Deswegen erzähle ich diese Geschichte. Die Konditionierung meines Arztes. Wieso sollte er auch anders denken? Er ist das Produkt des westlichen Bildungssystems. Das uns lehrt, dass wir von unseren Körpern getrennt existieren. Unsere Beziehung zur Welt. Sind wir mit ihr verbunden und in der Lage, unsere Welt zu beeinflussen? Oder sind wir getrennt und machtlos, wenn es um die Welt geht,

wie bei unseren Körpern? Das ist die Konditionierung. Das hat man uns beigebracht, dass wir von unseren Körpern und der Welt getrennt existieren. Unsere Beziehung zur Vergangenheit. Die Zivilisation entwickle sich linear. Uns wurde beigebracht, dass unsere Zivilisation vor 5000, vielleicht 5500 Jahren begann. Dass es einen linearen Fortschritt gäbe, beginnend mit den Sumerern, der sich über Ägypten ausbreitete und in die moderneren Zivilisationen der Römer und Griechen, der Maya und Inka, bis zu dem, was wir heute kennen. So wurde uns das beigebracht. Ich sage euch gleich, dass die Datenlage das nicht unterstützt.

Das werden wir im Verlauf des Vortrags genauer betrachten. Das ist unser Bildungssystem. Das wird den jungen Menschen noch immer erzählt, den jungen Menschen heute. Und das ist das große Problem. Was ist das grundlegende Gesetz der Natur? Uns wurde weisgemacht, das grundlegende Gesetz der Natur beruhe auf Konkurrenz und Konflikt. Wettbewerb und Konflikt. Das ist eine große Frage. Denn diese Ideen wurden erst um etwa 1850 von Charles Darwin entwickelt, als unsere Gesellschaften sich gerade entwickelten. Wenn das das grundlegende Gesetz der Natur ist, dann hey, lasst uns ein Wirtschaftssystem mit diesem Gesetz bauen, basierend auf Konkurrenz und Konflikt.

Und wie läuft das so für uns? Lasst uns Unternehmensstrukturen schaffen, lasst uns die Ressourcen nicht danach verteilen, was die Menschen brauchen, sondern via Konkurrenz und Konflikte – und wie können wir einen Weg finden, sowas zwischen Nationen organisieren? Wir sehen die Folgen genau jetzt. Zwischen Individuen, zwischen verschiedenen Gesellschaftsschichten. Es sind falsche Annahmen. Jede einzelne ist falsch. Und das ist nicht meine Meinung. Das ist nicht meine Theorie. Das ist kein Gregg-ismus. Das ist keine Hypothese. Das ist von Experten überprüfte Wissenschaft. Jede dieser falschen Annahmen wurde von Experten widerlegt. Dinge, die ihr und ich in der Schule gelernt haben und die wir nun einer ganzen neuen



Generation eintrichtern. Wir muten ihnen zu, Probleme zu lösen, die wir ihnen hinterlassen, die durch eben dieses Denken entstanden sind. Das ergibt keinen Sinn. Überhaupt keinen. Die gute Nachricht ist, dass die Wissenschaft das verwirft. Die neuen Erkenntnisse sagen uns, dass die Ursprünge des Lebens gewiss nicht zufällig waren. Die Daten können die Idee der Zufälligkeit nicht stützen. Die Daten der DNA stützen die These überhaupt nicht. Und ich möchte an dieser Stelle wirklich ehrlich sein: Ich werde gleich noch mehr über Charles Darwin sprechen. Diese Ideen wurden unter anderem von Darwin entwickelt.

Darwin konnte Mitte des 19. Jahrhunderts nicht wissen, was wir heute wissen. Ich kritisiere Darwin also nicht. Er hat das zu seiner Zeit so gut wie möglich gemacht. Wissenschaft ist so angelegt, dass sie ständig aktualisiert wird. Es geht also nicht um richtig, falsch, gut oder schlecht. Es geht darum, dass wir die jüngsten wissenschaftlichen Ergebnisse anerkennen, so dass wir Veränderungen auf gesunde Weise begrüßen können. Ich denke, das ist es, worum es geht. Dazu sage ich gleich noch etwas. Die neuen Erkenntnisse sagen uns, dass die Ursprünge des Lebens nicht zufällig sind, die Ursprünge des Menschen sind definitiv nicht zufällig und die DNA zeigt uns das genauso. Was die Beziehung zu unseren Körpern angeht: Wir sind tief mit unseren Körpern verbunden.

Wir wissen, dass unsere Gedanken, Gefühle, Emotionen und Überzeugungen von Herz und Hirn die Chemie unserer Gefühlswelt verändern, und dass wir regulieren können, was wir fühlen, so dass wir wissen, wann wir das Medizinkabinett in unserem Kopf und unserem Herzen dazu bringen müssen, diese Chemikalien in unseren Körper auszuschütten. Wie viel davon? Zu welcher Zeit und in welcher Lebenssituation, wir wissen das inzwischen. Wir haben die Macht dazu. Wenn wir die Entscheidung treffen, diese Macht anzunehmen. Unsere Verbindung zur Welt. Wir wissen, dass wir tief mit der Welt verbunden sind. Die Quantenphysik ist einen weiten Weg gegangen,

als sie die Welt der Wissenschaft mit Spiritualität verknüpft hat. Ich möchte euch sagen, dass es in der Wissenschaft kaum noch Zweifel daran gibt, dass wir mit der Welt verbunden sind. Darüber wird in der Wissenschaft nicht mehr gestritten. Die neue Frage lautet vielmehr: Zu welchem Grad sind wir verbunden? Wie viel Einfluss haben wir wirklich auf die Welt jenseits unseres Körpers? Das sind die neuen Ziele der Forschung, weil die Physik uns gezeigt hat, dass wir definitiv verbunden sind. Wir wissen heute, dass Zivilisation nicht linear verläuft, sondern zyklisch.

Wenn wir die Geschichte der Welt anschauen, sehen wir in Wirklichkeit die Geschichte der jüngsten Zyklen. Von den Sumerern bis heute. Was aber ist mit der Zeit davor? Was ist geschehen? Ihr werdet davon in diesem Vortrag noch hören. Ich habe diese Frage meinem Geschichtslehrer gestellt, und seine Antwort forderte mich heraus, tiefer zu graben. Ich fragte: Was war vor den Sumerern? Da sagte er: Vergeude Deine Zeit nicht, da brauchst Du nicht drüber nachzudenken, da ist überhaupt nichts passiert. Und ich sagte: Oh, das ist der Ort, an dem ich sein möchte. [Gelächter] Dahin will ich schauen, denn dort, wo sie nichts wissen, ist das eigentliche Geschehen. Entweder das oder zurück zur Musik und doch Rockstar werden. [Gelächter] Und ich dachte, dass es bestimmt leichter wäre, nach Ägypten zu kommen, als Rockstar zu werden. Wir wissen, dass Zivilisation zyklisch verläuft.

Und hier ist die kraftvolle, große und wunderbare Nachricht: Wir wissen jetzt, dass das grundlegende Gesetz der Natur auf etwas aufgebaut ist, das Biologen gegenseitige Hilfe und Kooperation nennen. Es basiert nicht auf Konkurrenz und Konflikt. Es ist nicht so, dass es keine Konkurrenz gibt. Wir können die Konkurrenz überall sehen. Die Konkurrenz ist eine Reaktion auf unmittelbare Bedingungen. Das ist nicht das grundlegende Naturgesetz. Das grundlegende Naturgesetz ist, dass wir in einer Welt der Kooperation und gegenseitigen Hilfe leben. Könnt Ihr euch das vorstellen? Ich denke darüber nach. Ich denke sogar sehr oft darüber nach. Wie wäre es, eine völlig

neue Generation großzuziehen? Menschen, die um die Zusammenhänge und die notwendige Kooperation wissen, die mit ihrem Körper und ihrer Welt verbunden sind. Wo ihr Einfluss, ihre Handlungen Bedeutung haben, wo ihre Lebensweise eine Bedeutung hat. Wenn sie fühlten, dass sie in einer Natur leben, die sie wirklich mag? Dass die Natur nicht darauf aus ist, sie zur Strecke zu bringen und auszurauben. Gegenseitige Hilfe und Kooperation. Könnt ihr euch vorstellen, wie eine solche Generation aussähe? Wir haben jetzt diese Möglichkeit. Wenn wir sie wahrnehmen.

Das heißt im Grunde, wenn Wissenschaft fragt: »Wer sind wir?« widerlegt sie mit den neuen Entdeckungen 300 Jahre wissenschaftliches Denken. Und das ist der Punkt, an dem wir auf Widerwillen treffen, in manchen Fällen offener Widerstand, diese Erkenntnisse im Mainstream zu teilen. Diese neuen Entdeckungen finden in den Mainstreammedien nicht statt. Mainstreamnachrichten, Mainstreamdokus, Mainstreamunterricht, Mainstreamlehrbücher. Und ich werde oft gefragt, weshalb wir das dort nicht sehen. Ich erzähle euch jetzt eine kurze Geschichte. Ein Freund von mir ist Professor an der Universität. Und wir sprachen über die Evolution des Menschen. Wovon wir auch in diesem Vortrag noch sprechen werden. Und ich fragte ihn, warum er das, was wir jetzt über Evolution wissen, nicht mit seinen Schülern teilt.

Und er sagte: Gregg, weißt Du, was das für meine Karriere von 40 Jahren bedeuten würde, wenn ich dieses neue Material unterrichten würde? Er sagte, das würde seine Karriere entwerten. So dachte er darüber. Und ich sagte ihm: Nein! Ich sagte ihm: Wenn Du die neusten Erkenntnisse mit Deinen Studenten teilst, dann würde das nicht nur Deine Karriere nicht kaputt machen, sondern den Wert der Wissenschaft bestätigen. Denn Wissenschaft soll ja ständig um neue Ergebnisse aktualisiert werden. Du könntest Deinen Studenten sagen, das ist das, was wir mal annahmen, und das ist das, was

wir jetzt wissen. Das ist das, was sich verändert hat. Er sagte: Kannst Du Dir vorstellen, was es kosten würde, all die Lehrbücher zu ändern? Ich sagte ihm: Ach, das ist leicht, die benutzt heute doch keiner mehr. Alle benutzen Computer, verändert man da etwas, ändert sich überall etwas. Es wäre also wirklich einfach und günstig. Danach wollte er nicht mehr so viel mit mir darüber reden. [Gelächter] Wir reden noch miteinander, nur nicht mehr so viel. Das Denken... Warum also verbreiten wir das nicht? Im Grunde geht es um Macht, Ego, Geld und Gewohnheit. Und das verändert sich gerade. Das braucht aber Zeit. Und wir müssen das aber sehr schnell verstehen.

Also... Neue Entdeckungen über uns haben 300 Jahre wissenschaftlicher Erkenntnisse widerlegt. Wir bewegen uns von der Vorstellung der Trennung zur Idee der Verbundenheit. Wir bewegen uns von der Vorstellung einer Welt, die im Wettbewerb und Konflikt steht, zu einer Welt der Kooperation und gegenseitigen Hilfe. Darum ist der Kontext so wichtig. Denn wir leben in einer Welt der Extreme. In unserer Zeit der Extreme müssen wir schwere Probleme lösen, die wir noch nie zuvor gesehen haben. Wenn wir unsere Lösungen nun auf den Ergebnissen dessen fußen, was die neuen Forschungsergebnisse uns sagen, wenn wir unsere Lösungen darauf fußen können, dass wir in Harmonie mit der Vorstellung von Kooperation, gegenseitiger Hilfe und Verbundenheit wirken, dann schaffen wir wirklich nachhaltige Lösungen. Ich denke, dass das derzeit sehr wichtig ist.

Was ich gerade erzählt habe... Ich weiß, dass ich große Behauptungen aufgestellt habe. Ich bin nicht überall ins Detail gegangen, aber in dem Buch »Deep Truth« findet ihr eine Bibliographie zum Thema. Das ist ein eigenes Kapitel. Die Quellen sind dort. Da könnt ihr selbst sehen, was die neuen Forschungsergebnisse uns sagen. Wenn ihr noch mehr darüber wissen wollt, dann findet ihr das in »The Divine Matrix«. Da geht es um unsere Verbundenheit mit der Welt. »The Spontaneous Healing of Belief« dreht sich um die Verbundenheit zwischen uns und uns selbst.

Das Buch »Fractal Time« beschreibt die Zyklen in der Geschichte. Und »The Turning Point: Creating Resilience in Time of Extremes« enthält viele der Ideen, über die wir heute gesprochen haben. Ich wollte nur, dass ihr wisst, dass wenn ihr euch für eines der besprochenen Themen im Detail interessiert oder wenn ihr die wissenschaftliche Literaturliste sucht, dann findet ihr sie in diesen Büchern.

# Kapitel 2:

Wer sind wir?

Lektion 4:

Verbindung testen

Falsche Annahmen, die in Schulen als Fakten gelehrt werden. Uns wird gesagt, dass die Evolution, Darwins Evolutionstheorie, alles Leben, das menschliche Leben erklärt. Uns wird gesagt, dass die Zivilisation vor 5.000 Jahren ihren Anfang nahm, dass Bewusstsein irgendwie abgespalten von der physischen Welt existiert. Uns wird gesagt, dass der Raum zwischen Dingen leer ist, dass zwischen Dir und mir nichts ist, dass etwa 96% des Universums leerer Raum sei, so wird es gelehrt. Nur 4% enthält etwas, enthält Materie. Und dass die Natur auf dem Modell des Überlebens des Stärksten beruht. Und was ich in den nächsten Minuten machen möchte, ist, euch schnell durch all diese Dinge durchzuführen.

Ich möchte euch einige der neuen Entdeckungen zeigen, die uns dabei helfen, das zu verstehen. Bewusstsein, das separat von der physischen Welt existiert, und dass der Raum zwischen Dingen leer sei, ihr seht vermutlich, dass die ein bisschen verwandt sind, da geht es um Physik. Ich möchte euch anhand von Bildern einige der neuen Entdeckungen zeigen. Denn die Geschichte verändert sich. Die Geschichte ändert sich. Wir wissen inzwischen, dass alles miteinander verbunden ist und dass alles notwendig ist, alles Bedeutung hat. Es gibt nichts Unnötiges in der Welt. Alles ist mit allem verbunden. Alles hat eine Bedeutung für alles andere. Ob wir das in dem jeweiligen Augenblick bemerken, ist eine andere Frage. Aber alles hat einen Sinn. Wir dachten immer, dass das mechanische Atom ... in der Schule wurde mir beigebracht, dass ein Atom wie ein kleines Sonnensystem aussieht, und ich glaube, die meisten von uns, wie viele von euch ... erinnern sich noch?

Wie ein kleines Sonnensystem? Das Wichtige dabei ist, dass uns beigebracht wurde, dass Elektronen Dinge seien, die sich um den Nukleus bewegen, der ein weiteres Ding sei. Nun wissen wir, dass das nicht stimmt. Das ist ein echtes Foto ... wir können heute die Energie eines Atoms fotografieren. Das ist ein Quantenatom. Es ist Wasserstoff.



Und ihr seht, dass da nicht Dinge um Dinge kreisen, sondern Energiefelder sind. Und das ist wichtig. Es geht immer um Energiefelder. Uns wurde beigebracht, dass die Dinge, die überirdisch sind, separat existieren. Wenn wir in den Weltraum sehen, dort wo die zwei Pfeile zusammenkommen ... Das ist ein Bild, das vom Hubble Space Telescope aufgenommen wurde. Dabei handelt es sich um ein optisches Teleskop. Man geht davon aus, dass dort, wo sich die Pfeile treffen das Zentrum des Universums liegt.

Wenn ihr also an den Big Bang glauben, dann ist das der Ort, wo er seinen Anfang nahm. Die Freisetzung von Energie die bis heute andauert, da sich das Universum immer noch von diesem zentralen Punkt aus ausbreitet, von hier aus ging es los. Uns wurde beigebracht, dass die Sterne in der Galaxie alle voneinander getrennt sind und durch die Augen von Hubble ist das leicht nachvollziehen, doch das nächste Bild, das Sie sehen, stammt von einem anderen Teleskop. Das basiert nicht auf Optik, so wie unsere Augen etwas sehen, das erkennt Energiefelder. Es heißt Chandra Space Telescope. Und es ist auf den exakt gleichen Punkt im Universum ausgerichtet. Ich möchte also, dass ihr eure Augen auf den Punkt konzentriert, wo die beiden Pfeile sind. Und das nächste Bild, das ihr sehen werdet, zeigt den gleichen Ort, nur als Energiefelder statt als einzelne Sterne und Galaxien.

Ist das nicht wunderschön? Das ist optisch ... und das sind Energiefelder. Plötzlich erkennen wir, dass das gar nicht so getrennt ist. Das sieht eher wie ein Netz aus. Und das finde ich sehr beeindruckend, denn unsere indigenen Vorfahren haben das Universum oft mit diesen Begriffen beschrieben. In der Wüste im amerikanischen Südwesten gibt es beispielsweise die Tradition der Hopis. Am Anfang spann die Spinnengroßmutter ihr großes Netz, sie schuf etwas, auf dem ihre Kinder ihre Leben leben würden. Durch alle Zyklen der Zeit. Oder die Göttin Indra in der hinduistischen Tradition. Inda spann das Netz der Schöpfung, und am Knotenpunkt jeder Stelle im Netz platzierte sie funkelnde Juwelen. Das wurden die Sonnen und Galaxien, wie

wir sie heute kennen. Die Idee eines Netzes war also präsent, und jetzt sehen wir etwas, das mir sehr netzähnlich scheint. Die Idee ist, dass wir einst alles als einzeln und getrennt wahrnahmen, nun wissen wir, dass es verbunden ist. Wir hielten die Atome für Dinge. Jetzt wissen wir, dass Atome Energiefelder sind. Es ist alles Energie. Das hat uns Einstein bereits gesagt. Alles ist verbunden. Alles ist Energie. Und wir beginnen das zu verstehen. Wir sind von Energie umgeben.

Das ist ein sehr beeindruckendes Bild vom Institute of Heart Math, einer der ersten wissenschaftlichen Organisationen, die bestätigt, dass ein Energiefeld von jedem Menschenkörper abstrahlt, das vom Herzen ausgeht. Es ist ein Feld elektrischer und magnetischer Energie. Es ist also kein Chakra, keine Aura, kein Prana, die durchaus alle verwandt sein können. Das ist ein Energiefeld, das ihr mit Ausrüstung aus dem Baumarkt messen könnt. Es ist ein elektrisches und magnetisches Feld, das die Form eines großen Donuts hat. Man nennt es Torus. Es umgibt das menschliche Herz etwa 1,5 bis 2,5 Meter. Wenn Du also Teil eines Publikums bist und Dich in 1,5-2,5 Metern Abstand zu einer anderen Person befindest, dann seid ihr zwar vielleicht in unterschiedlichen Sitzen dann teilt ihr das gleiche Energiefeld. Ich bin heute hier, ich bin in 2,5 Metern Abstand zu euch, ihr seid in 2,5 Metern Abstand zueinander ...

Das bedeutet, dass wir in diesem Raum ein Herzfeld teilen. Das ist wichtig. Auch damit werden wir noch später im Kurs zusammenarbeiten. Wir werden alle von Energie umgeben. Die Energie verbindet uns – bewusst wie unbewusst. Sie verbindet uns, ob wir das wissen oder nicht. Und manchmal können wir diese Energie sehr bewusst aktivieren und sie als Pfade nutzen, um zu lesen und zu spüren, was mit anderen passiert und auch heilende Energieformen anderen Menschen anbieten und sie mit ihnen teilen. Damit werden wir uns in späteren Teilen des Kurses ebenfalls befassen. Es ist also alles Energie. Eine der großen Fragen war: Warum ist die Wissenschaft

so zögerlich, diese Fakten anzunehmen? Warum ist die Wissenschaft so zögerlich, das Faktum anzuerkennen, dass alles verbunden ist. Wenn Du Dich mit einem Physiker unterhältst ... Ich saß an Bord eines Flugzeugs ... – ich sitze oft im Flugzeug – aber eines Tages saß ich also im Flugzeug, und es ergaben sich die üblichen Fragen, ich saß also neben einem Mann. Als Erstes fragt er mich »Privat oder geschäftlich?« Und ich antwortete: Hängt davon ab, wie man es betrachtet. Und ich sagte: Beides. Er fragte: Was machen Sie denn beruflich?

Und ich darauf: Wie viel Zeit haben Sie denn? Der Flug zwischen den beiden Städten dauerte drei Stunden. Es war sehr interessant. Er war Physiker. Und auf seine Art ... er war Physiker in einem der großen nationalen Labore. Davon gibt es drei. Lawrence Livermore, Sandia und Los Alamos National Laboratories. Er arbeitete ... ich sage aus Respekt nicht in welchem, aber er arbeitete in einem davon Und die Physik, die denen beigebracht wird, ist, dass auf der Quantenebene Quantenpartikel sind stark miteinander verbunden, in mancherlei Hinsicht verwoben sogar. Und sie sind in der Lage auf diesem Level unglaubliche Dinge zu machen. Der Bruch entsteht bei der Frage, ob diese Fähigkeiten sich auf unser Level ausweiten lassen.

Können Menschen das auch? Wir sind aus den Partikeln, die diese außergewöhnlichen Fähigkeiten haben. Die Frage ist, können wir das in unserem Leben nutzen? Können wir uns mit unserem Geliebten auf der anderen Seite des Planeten im gleichen Augenblick verbinden? Und zwar ohne Telefon, ohne irgendeine Form elektronischer Kommunikation? Können wir andere Gegenden spüren? Können wir die Gedanken und Gefühle anderer spüren? Warum stellt sich überhaupt die Frage? Es geht alles auf etwas zurück, das vor etwas mehr als 100 Jahren geschehen ist. Im späten 19. Jahrhundert und im frühen 20. Jahrhundert gab es eine riesige spirituelle Revolution. Das war ein globales Phänomen. Und die Wissenschaft und Spiritualität näherten sich stark an. Weil so viele ihrer Prinzipien überlappten.

Sie teilten diese Prinzipien. 1887 wurde ein Experiment vorgenommen, das die ganze Welt verfolgt hat. Voller Spannung. Und mit angehaltenem Atem. Denn das Experiment sollte endgültig diese Frage klären: Gibt es ein Energiefeld, das alles verbindet? Oder gibt es ein solches Energiefeld, das alles verbindet, nicht. Machen wir also ein wissenschaftliches Experiment und finden es heraus. Ein sehr berühmtes Experiment. Das sogenannte Michelson-Morley Experiment von 1887. Damals nannten jene, die an die Existenz des Feldes glaubten, das Feld ein Ätherfeld.

Wenn Sie jemals auf eine wissenschaftliche Konferenz gehen und ausgelacht werden wollen, könnten Sie diesen Begriff sagen, und es gäbe eine Menge Heiterkeit im Raum. Sie wären aber ganz schnell aus dem Raum wieder draußen. Man würde Sie von der Rednerliste streichen. Denn das ist ein Begriff, das Ätherfeld, das ist kein akzeptierter Begriff mehr, okay? Es war der Begriff für jene, die glaubten, dass es das Feld gäbe. Das sogenannte Ätherfeld. Es gab dazu ein sehr berühmtes Experiment. Das hier ist ein Interferometer. Es handelt sich hier um eine alte Schwarzweißaufnahme vom Versuchsaufbau von 1887. Michelson und Morley haben den konzipiert. Lasst mich kurz in einfachen Worten erklären, was sie gemacht haben. Wenn wir alle auf den Parkplatz vor diesem Haus gehen würden und unseren Zeigefinger anfeuchten und in die Luft halten würden, wenn wir in dem Moment, da wir das tun, keinerlei Wind spüren würden, wenn wir dann daraus schließen würden, dass keinerlei Luft existiert, dann wäre das äquivalent zum Experiment von Michelson und Morley.

Wenn wir den Wind in dem Augenblick nicht spüren, gehen wir davon aus, dass es keine Luft gibt. Die haben versucht, die Bewegung des Feldes zu entdecken. Die sagten, da sei ein pulsierendes, sich bewegendes Feld, das existieren müsste und das man messen können müsste, wenn das Feld sich nicht bewegt, müsse das heißen, dass es das Feld nicht gibt.

Ergibt das Sinn, wenn ich das so sage? Das war also das Ergebnis. Die haben das Experiment durchgeführt, darüber in wissenschaftlichen Zeitschriften publiziert, in einem prestigeträchtigen Magazin als Wissenschaft. Das wurde 1887 veröffentlicht. Ich habe die Quellenbelege alle in meinem Buch »The Divine Matrix«. Das war das endgültige Experiment. Weil sie keinen Wind spürten, schlossen sie daraus, dass das Feld nicht existiert.

Und von dem Punkt an bis vor sehr kurzem war alle Wissenschaft, so gut sie auch war, die Wissenschaft, die uns zum Mond gebracht hat, die Wissenschaft, die es uns erlaubt, Dinge über die Grenzen unseres Universums zu schicken und alles das zu erforschen, was wir in der Lage sind zu erforschen, das alles basiert auf der Annahme, dass alles einzeln und separat von allem anderen existiert. Und wenn Sie je von der Einheitlichen Feldtheorie gehört haben, die viele Wissenschaftler versucht haben, zu entwickeln, die wissenschaftliche Story, die all die unterschiedlichen wissenschaftlichen Theorien zusammenführt, die Theorien der Physik, die Quantenphysik, die klassische Physik.

Eine sehr schwer fassbare Theorie. Die String-Theorie. Einige von euch haben davon gehört. Die könnte das zusammenführen. All diese Theorien sind daran gescheitert, dass ein Element ausgelassen wurde, und zwar eben dieses Feld. Die gehen davon aus, dass das Feld nicht existiert. Und hier wird unsere Geschichte richtig interessant. Ich glaube, dass es an sich ein gutes Experiment war, das aber schlecht ausgeführt wurde. Aus den Gründen, die ich gerade vorgestellt habe. Force durchgeführt wurde. Ratet mal, was die gefunden haben ... Ratet mal, was da ist, wo es eigentlich nichts geben sollte. Dreimal dürft ihr raten ... Da ist ein Feld. Es ist das gleiche Experiment, die hatten eine bessere Ausrüstung, und im Ergebnis ist festzustellen, dass das Feld existiert. Es wurde von einem Mann namens Silvertooth veröffentlicht. Der Artikel heißt »Special Relativity« erschienen in Nature, Nummer

322, August 1986, fast 100 Jahre später, Seite 590. Dort wird es zusammengefasst. Und schaut: nicht nur, dass das Feld existiert, die Feldmaße sind genauso, wie es Michelson und Morley vor 100 Jahren vorhergesagt haben. 99 Jahre vorher. Es war die ganze Zeit da. Nur ihre Ausrüstung war nicht so ausgerichtet, es zu finden. Und sie wussten nicht, wie sie es zu interpretieren haben. Somit war unsere Wissenschaft 100 Jahre um die Idee gebaut, dass alles unabhängig voneinander ist. Und das ist es nicht. Und selbst heute noch ... Das ist von 1986! Wird das in den Schulen unterrichtet? Überhaupt nicht. Es gibt Vorbehalte und in manchen Kreisen sogar Widerstand dagegen, das zu unterrichten. Und zwar weil es spirituelle und religiöse Implikationen birgt.

# Kapitel 2:

Wer sind wir?

Lektion 5:

Die Göttliche Matrix



Die göttliche Matrix Es ist nun bekannt, dass Energie alle Dinge verbindet. Diese Energie hat viele Namen. Manche nennen es ein Feld. Eine Freundin und Kollegin von mir, Lynne McTaggart, hat ein Buch namens »The Field« geschrieben. Darin beschreibt sie das sehr gut. Sie ist Journalistin und hat das aus journalistischer Sicht untersucht.

Es heißt die »Matrix«. Kennt ihr den Film »The Matrix«? Mein guter Freund, mein spiritueller Bruder und Kollege, Dr. Bruce Lipton hat das Buch »The Biology of Belief« geschrieben. Ich hatte die Ehre und das Vergnügen, mit ihm vor ein paar Jahren im Zug einige Wochen durch Europa zu touren. Und bei einer unserer längeren Reisen bekam ich Gelegenheit mit ihm ein bisschen darüber zu sprechen. Und er sagte ... Ich muss das mit euch teilen. Er sagte: »Kennst Du den Film The Matrix, der als Science Fiction bezeichnet wird?« Er meinte, es sei eigentlich eine Doku. [Gelächter] Denkt mal darüber nach. Denkt mal darüber nach.

Es ist eine Doku über ein Energiefeld und einen Bereich, den wir mit bloßem Auge nicht sehen können, ein Bereich aber, der erheblichen Einfluss auf unser Leben und unsere Welt hat. Interessanterweise basiert der Film auf dieser Entdeckung. Darum dreht sich alles. The Matrix also. Ich habe ein Buch geschrieben, namens »Divine Matrix«. Darüber werden wir heute ein bisschen sprechen. Manche nennen es auch das Quantumfeld. Manche nennen es Gott oder die Quelle. Wenn die Menschen darüber reden, sprechen sie eigentlich alle über das Gleiche.

Das Energiefeld. Für die Zwecke dieses Kurses werde ich also im Verlauf den Begriff nutzen, den ich in meinem Buch »The Divine Matrix« benutzt habe. Damit wir eindeutig sind. Wenn ich über die göttliche Matrix spreche, rede ich über das Feld, das alle Dinge verbindet. Okay. Definieren wir es kurz. Was genau ist die göttliche Matrix? Es ist der Behälter für alle Dinge. Nichts existiert außerhalb der göttlichen Matrix. Alles, was wir wissen,

was wir nicht wissen, alles, was wir erleben, geschieht innerhalb dieses Feldes. Es ist der Behälter. Das ist das beste Wort, das mir einfällt ... für alle Dinge. Es ist die Brücke, die unsere innere mit unserer äußeren Welt verbindet. Wenn ihr euch fragt, wie ein im Wohnzimmer gesprochenes Gebet den eigenen Sohn oder die Tochter, den Bruder oder die Schwester, die Mutter oder den Vater auf einem Schlachtfeld auf der anderen Seite der Welt beeinflussen kann, dann ist das die Antwort. Es verbindet unsere innere mit der äußeren Welt. Und die göttliche Matrix ist unser Spiegel, über den wir in Beziehungen, Freundschaften, die intimsten Begegnungen mit der Welt, die wahrste Form der eigenen unbewussten Überzeugungen blicken. Was Du glaubst, nicht das, was Du sagst.

Was Du für wahr annimmst, wird über dieses Feld in Deinem alltäglichen Leben reflektiert. Wenn wir wissen, wie wir diesen Code zu lesen haben, sind wir in der Lage, sehr weitreichende Änderungen in unserem Leben vorzunehmen. Wenn wir nicht wissen, wie wir den Code zu lesen haben, haben wir oft Schwierigkeiten, Muster nicht zu wiederholen. Habt ihr schon mal bemerkt, dass ihr Liebesbeziehungen mal beendet und dann eine neue Liebesbeziehung eingeht? Und dann zeigen sich die Muster wieder. Und Du sagst Dir: Oh, der war es auch nicht. Also verlässt Du auch diesen Partner. [Gelächter]. Und während diese Beziehung endet, ging vielleicht auch ein Job zu Ende. Du verlässt also Job und Stadt und eine Beziehung. Und Du gehst woanders hin und beginnst eine Neue. Und dort passiert Dir das gleiche, wieder und wieder und wieder. Wir werden darüber sprechen, weshalb das so ist.

Es sind alles zyklisch wieder Sie ist eine Brücke und ein Spiegel für alles. Wir leben in einer modernen Welt, einer Welt, die wissenschaftlich, technologisch orientiert ist. Die Frage ist, ob wir wirklich einfach nur Beobachter im Universum sind. So wird es heute meistens an den Universitäten gelehrt. Dass wir sogenannte passive Beobachter sind. Dass wir das Universum

beobachten können, aber nicht die Macht haben, das Universum zu beeinflussen. Albert Einstein – und viele überrascht das – er mochte die Idee nicht, dass alle Dinge miteinander verbunden sein könnten. Oder dass wir diese Verbindungen beeinflussen können. Er mochte die Idee überhaupt nicht. Sie war ihm sehr unangenehm. Und er haderte mit der Idee bis zu seinem letzten Atemzug.

Auf seinem Sterbebett hat er als sein größtes Bedauern bezeichnet, dass er es nie geschafft habe, eine einheitliche Feldtheorie zu entwickeln, die alle Formen der Physik, die Quantenphysik, die Physik Newtons zusammenzubringen. Er hat keine Möglichkeit gefunden, sie zusammenzuführen und mochte die Idee nicht, dass der einzige Weg, wie das funktionieren könnte, wäre, uns in die Theorie miteinzuschließen. Dass wir auf irgendeine Weise Teil haben ... Bewusstsein spielt eine Rolle. Er mochte das nicht. Der Fakt, dass wir etwas beeinflussen können, ohne im selben Raum zu sein, wenn es geschieht. Dafür hatte er einen Begriff. Manche unter euch sind mit diesem Begriff vielleicht vertraut. Er nannte es »spukhafte Fernwirkung«. Das war in den 50ern. Spukige Fernwirkung. Einstein. Das ist ein direktes Zitat von Einstein. Hört, was er gesagt hat: »Wir leben in einer Welt, die unabhängig von uns Menschen existiert ...« Er war da also sehr, sehr klar. Er sagte: »die vor uns wie ein ewiges großes Rätsel steht, das zumindest teilweise unserer Untersuchung und unserem Denken offensteht.« Er sagte, wir können uns Einzelteile davon anschauen. Er sagte, dass wir aber grundsätzlich von unserer Welt getrennt sind.

Ich werde nun Einsteins Denken mit jenem dieses Mannes kontrastieren. Sein Name ist Professor John Wheeler. Er hat mit Albert Einstein an der Princeton University gelehrt.

Sie waren Freunde, sie waren Kollegen, sie waren Peers. Und Ihre Vorstellungen hätten unterschiedlicher nicht sein können. Einstein sagte, dass wir von der Welt getrennt existieren. Schauen wir uns an, was John Wheeler sagt. Die haben dieselben Daten, die selben Gleichungen, die gleiche Mathematik und leben zur gleichen Zeit.

Zwei sehr unterschiedliche Perspektiven. John Wheeler sagte, dass wir uns nicht mal ein Universum vorstellen können, in dem wir nicht als Beobachter enthalten sind. Wir können uns nicht mal vorstellen, nicht Teil des Universums zu sein. Und der Grund dafür ist: Er sagte, dass die Bausteine des Universums wir selbst sind. Der Vorgang, wie wir das Universum anschauen. Wir beobachten. Er sagt also: Wir sind Teil des Universums, das noch nicht fertig ist. Er sagt, es sei ein »Work in Progress«. Wir sind kleine Teile des Universums, das sich selbst betrachtet und selbst baut... Das liebe ich. Das ist der Schlüssel. Er nannte es das teilhabende Universum.

Okay. Wir kontrollieren nicht. Wir manipulieren nicht. Wir nehmen teil. Was sagt er also? Das ist natürlich starker Tobak. Was sagt er also einfach ausgedrückt? Er sagt im Grunde: Und das ist bedeutsam. Er sagt: Ganz gleich, wie tief wir in die Welt der Quanten nach dem kleinsten Partikel suchen, ganz gleich, wie tief unsere Teleskope über unser Sonnensystem hinaus an den Rand des Universums blicken – und wir versuchen das wirklich ständig. Wir wollen herausfinden, wo das Universum aufhört und was das kleinste Partikel ist.

Wenn wir also die Quantenpartikel zusammentreffen lassen können und sie in Abermillionen Einzelteile aufspalten können, dann sind die Teile, die übrig bleiben Hinweise auf die allerkleinsten Partikel. Und wenn wir Teleskope und Radioteleskope bauen können, die den Rand des Universums erspüren können, dann gibt uns das ein Gefühl dafür, wie das Universum geschaffen ist, und was sich auf der anderen Seite befindet und wo es aufhört.

Wheeler sagte, dass keins von beiden finden werden. Er sagte, dass wir niemals das kleinste Partikel finden. Wir werden nie das Ende des Universums erreichen. Und der Grund dafür lautet: Die Handlung, dass wir nach dem kleinsten Partikel suchen, dass wir erwarten, etwas zu sehen und die Handlung, nach dem Ende des Universums zu suchen und zu erwarten, dass wir etwas finden.

Die Handlung, etwas mit einer Erwartung zu suchen, ist ein schöpferischer Akt, der immer etwas vor uns setzt, das wir uns ansehen können. Da wir selbst Teil der Erschaffung und Schöpfung des Universums sind. Das ist ein grundlegend anderes Denken, als dass das Universum einfach entstand und wir später dazukamen und nur einfach ein Teil davon sind. Ein sehr anderes Denken. Ergibt das Sinn, wenn ich das so sage? Ist das nicht faszinierend? Es ist faszinierend. Ich meine, es geht um sehr komplexe Mathematik, aber die Ideen, an denen sie arbeiten, sind mächtig und es sind große Ideen. Sie berühren den Kern unserer ältesten und wertvollsten spirituellen Traditionen. Sind wir Beobachter oder sind wir irgendwie Teil dessen, was wir sehen?

# Kapitel 2:

Wer sind wir?

## Lektion 6:

Wissenschaft des Geistes

Wissenschaft des Geistes Ich stelle euch nun ein paar Experimente vor, die Wissenschaftler durchgeführt haben, um uns zu helfen, diese Fragen zu beantworten. Die befinden sich auch in dem Buch »The Spontaneous Healing of Belief« und in »The Divine Matrix«. Ich werde auch darüber sprechen. Hier ist das Experiment. Das nenne ich einfach Experiment Nummer Eins. Es ist die Entdeckung dessen, was Wissenschaftler eine zuvor unbekannte Energieform genannt haben.

Als sie es zum ersten Mal sahen, nannten sie es eine neue Energieform, aber sie war natürlich nicht neu. Sie war immer schon da. Sie haben sie nur kürzlich erst erkannt, also heißt es eine zuvor unbekannte Energieform. Das wurde zuerst durchgeführt -- sehr, sehr technisch. Das ist der Grund, weshalb wir die nicht sehen. Da die Daten in sehr wissenschaftlichen Zeitschriften veröffentlicht werden. So wie ihr beispielsweise das hier bestimmt kennt. Schaut euch den Titel an. Das ist die Untersuchung der Fluktuationsdynamiken von DNA-Lösungen durch Laserkorrelations-Spektroskopie. Ich weiß natürlich, dass das alle unter euch so wie ich als Hardcover-Ausgabe auf eurem Schlafzimmertischchen liegen haben, da ihr das so richtig gern vorm Einschlafen lest. Was die aber gemacht haben ist Folgendes.

Die Idee ist sehr einfach. Und das ist eindrucksvoll, sowas hat man vorher noch nicht beobachtet. Die haben ein Gefäß genommen, das an beiden Enden verschlossen war. Ein Glasröhrchen, das an beiden Enden geschlossen war. Sie haben dann die Luft aus dem Röhrchen gelassen. Und wenn man die gesamte Luft aus etwas herausholt, nennt man das Vakuum. Wir nennen das ‚leer‘, was ich interessant finde, denn wir wissen, dass es nicht wirklich leer ist. Da ist immer noch was drin. Auch wenn die Luft weg ist, bleibt doch etwas da, und dieses Etwas sind die kleinen Lichtpartikel, aus denen die Quantenpartikel bestehen. Man nennt sie Photonen. Aus ihnen werden die Atome geformt. Atome bestehen aus Lichtpartikeln, die man Photonen nennt.



Auch dann also, wenn sie die Luft rauslassen, wissen sie, dass da noch Photonen da drin sind. Bei dem ersten Teil des Experiments war die Frage also: Okay. Wo sind sie? Sind sie alle als Klumpen auf dem Boden des Gefäßes oder kleben die an den Seiten? Befinden die sich in der Mitte? Wo sind sie? Okay. Bei dem ersten Teil des Experiments haben sie einfach den Ort der Photonen gemessen, wenn die Luft draußen ist. Hier ist das Ergebnis. Die sind wahllos verteilt. Das ist genau so, wie es erwartet wurde. Keine große Sache. Keine Überraschung.

Gehen wir zum zweiten Teil des Experiments. Das Experiment, das ich euch zeigen werde, ist faszinierend. Was ich aber besonders faszinierend finde, ist, dass bevor das Experiment stattfinden konnte, ein Wissenschaftler seine Denkweise ändern musste, um das Experiment zu erschaffen. Warum ich das sage? Hört zu, was die gemacht haben. Die haben menschliche DNA genommen und die DNA in das Gefäß mit den Photonen gegeben. Die wollten sehen, ob die DNA die Photonen beeinflusst. Okay. Die DNA ist das, woraus Du und ich gemacht sind. Die Photonen sind das, woraus unsere Welt besteht. Und was die sich also fragen, ist, ob wir die Realität, in der wir uns befinden, beeinflussen können. Kann menschliche DNA mit dem interagieren, woraus die Welt besteht? Nun, das klingt nach recht esoterischem, mystischem Zeug. Und für einen Wissenschaftler, der darauf gepolt ist, all das zu trennen, ist das ein großer Sprung. Dass die überhaupt darüber nachgedacht haben!

Schaut, was die gemacht haben. Das ist es, was sie gemacht haben. Die haben menschliche DNA genommen, Sie haben sie in das Vakuum gegeben. Da ist die DNA. Sie ist im Vakuum. Dann haben sie Photonen gemessen, und dabei zeigte sich etwas, das für die meisten Wissenschaftler unerwartet war. Schaut euch an, was passiert. Die DNA wird beeinflusst – die Doppelhelix, die Spirale, die Doppelhelix – und schaut euch an, was die Photonen tun. Plötzlich sind die Photonen auf die DNA ausgerichtet.

Die Verteilung der Photonen bei Anwesenheit der DNA ... sie sind aufeinander ausgerichtet. Das bedeutet, dass das, woraus wir bestehen, die Fähigkeit hat, das, woraus die Welt besteht, zu beeinflussen. Okay. Das war das erste Experiment. Zweites Experiment. Ich möchte euch etwas zeigen – das ist einfach faszinierend für mich – die Art wie das in dem wissenschaftlichen Magazin aufgeschrieben wurde. Ich liebe diese Sprache. Wisst ihr, die hätten auch schreiben können: Wir haben Folgendes entdeckt, hier ist das unerwartete Ergebnis ... Sowas mögen die nicht. Schaut euch an, was die sagen. Wir sind gezwungen, anzuerkennen [Gelächter] dass die Möglichkeit besteht, dass ein neues Energiefeld von der DNA angeregt wird. So kommen Wissenschaftler zu diesen Erkenntnissen. Wir sind gezwungen – wir mögen es nicht, aber wir werden es akzeptieren.

Wir sind gezwungen, die Möglichkeit anzunehmen, dass ein neues Energiefeld durch DNA angeregt wird. Okay? Das wurde in der Zeitschrift *Nanobiology* 1995 veröffentlicht. Schaut euch den Titel an: »Der Vakuum-DNA-Phantomeffekt im Reagenzglas und seine mögliche rationale Erklärung« [Gelächter] So gehen Wissenschaftler an die Sache ran. Die schauen aus einer vollkommen anderen Perspektive. Wo sie aber ankommen, ist eben, dass sie wissenschaftlich validieren, was einige unserer althergebrachten, geschätzten, spirituellen Traditionen uns immer schon gesagt haben. Was haben wir da gerade gemacht? Die Zusammenfassung dieses Experiments. Erstens: DNA hat einen direkten Einfluss auf das, woraus unsere Welt besteht. Das ist eine folgenschwere Entdeckung. Hat jemand davon etwas im Unterricht oder in Lehrbüchern gesehen? Kommen unsere Kinder nach Hause und sagen: Hey, rate mal, was wir heute in Biologie oder Physik gelernt haben? Das wird denen nicht gezeigt ... Okay. Experiment Zwei führt uns noch einen Schritt weiter. Schaut euch den Titel an: »Lokale und nicht-lokale Effekte kohärenter Herzfrequenzen auf konformative Veränderungen der DNA.« Ich glaube, das hätten die auch einfacher sagen können. Das ist einer der Gründe, weshalb ich glaube, dass so wenige Menschen – nur

wenige Menschen – nur wenige normale Menschen davon Kenntnis haben, da es sehr kompliziert klingt. DNA kann also etwas zusammengezogen oder ausgeweitet sein. Und das hängt mit unserer persönlichen Erfahrung zusammen. Wir wissen das. Die Frage ist, ob man das durch eine Emotion beeinflussen kann, die nicht aus dem Inneren unserer Körper kommt, aus dem gleichen Körper, aus dem die DNA stammt. Okay. Hier also das Ergebnis. Die haben erst positive Emotionen gefühlt.

Dankbarkeit, Anerkennung, Liebe und Mitgefühl. Und schaut euch an, was die DNA tat. Absolut erstaunlich. Die DNA-Stränge haben sich entspannt. Und ich sage euch, die haben das Experiment länger laufen lassen, als sie ursprünglich geplant haben. Die DNA entspannte sich und entspannte sich, so dass es seine vollständige Ausbreitung annahm. Das ist gesund. Sie entspannte sich sogar so sehr, dass sie begann sich zu entrollen. Sie entrollte sich, als wollte sie sich in einen neuen, gesunden DNA-Strang reproduzieren. Alles nur durch ein Gefühl. Das ist beeindruckend. Okay. Was passierte, wenn Wut, Hass, Eifersucht, Zorn, Frustration gefühlt wurden? Was meint ihr? Was glaubt ihr, hat die DNA gemacht? Sie zog sich zusammen wie ein kleiner Knoten, es führte dazu, dass die DNA-Rollen sich enger zogen und das ... .. aber das wisst ihr intuitiv. Denn wenn wir negative Emotionen spüren – also das, was wir negativ nennen. Ich mag diese Konnotation nicht.

Aber wenn wir Erfahrungen wie Wut, Hass, Eifersucht, Zorn, Frustration erleben, wie reagiert da unser Immunsystem? Wenn wir das über längere Zeit erleben und es nicht lösen können, bekommen wir ein geschwächtes Immunsystem. Menschen, die durch emotional schwierige Zeiten gehen, wenn die einer Situation ausgesetzt werden, dass es im Büro oder in der Schule oder Zuhause Erkältungen oder Grippe gibt. Dann sind das meist die ersten, die sich anstecken, da sie nicht adäquat reagieren können. Ihre DNA ist nicht gewappnet, sie ist bis zu einem gewissen Grad entwaffnet. Und jetzt beginnen wir herauszufinden, weshalb das so ist. Warum ich das mit

euch teile? Hier ist die Zusammenfassung. Personen, die geübt darin waren, tiefe Liebe und Anerkennung zu empfinden, konnten die Form ihrer DNA absichtlich ändern. Die Form der DNA bestimmt zu einem großen Grad, wie gut Deine DNA sich in Deinem Körper ausdrücken kann. Und Du kannst das selbst über die Art, wie Du fühlst, regulieren.

Das ist sehr, sehr mächtiges, ermächtigendes Wissen. Das greift zurück auf die Kernprinzipien unserer ältesten und geschätzten spirituellen Traditionen über Emotionen und Gefühle. Darum geht es hier. Okay. Die neuen Entdeckungen. Packen wir die zusammen. Packen wir die also mal zusammen. Was sagen die uns? Erstens: die Emotionen beeinflussen die DNA. Das haben wir gerade gesehen. Die positiven Emotionen, Mitgefühl, Dankbarkeit, Anerkennung entspannen die DNA. Wut, Hass, Eifersucht und Zorn führen dazu, dass sie sich zusammenzieht. Und schaut euch das an: Die DNA beeinflusst das, woraus unsere Welt besteht. Wenn ihr die Einflüsse herausnehmt, schaut, was passiert. Die Gefühle beeinflussen die DNA.

Die DNA beeinflussen Materie. Gehen wir also zum Wesentlichen. Emotionen beeinflussen auf direkte Weise die Materie. Und darum geht es bei dieser Sache. Wir haben diese Fähigkeit in uns und über unsere Körper hinaus. Es gibt also zwei falsche Annahmen, die gemacht wurden und in Schulen gelehrt wurden, die immer noch gelehrt werden. Erstens: wir leben in einer Welt mit 96% leerem Raum. Nur 4% sind Materie. Das ist die physische Welt. Zweitens: unsere innere Erfahrung, unsere Gedanken, Gefühle, Emotionen und Überzeugungen haben keinen Effekt auf unsere Körper und die uns umgebende Welt. Das ist absolut falsch. Und wir wissen das. Das ist keine Theorie, keine Hypothese oder mein persönlicher Glaube, auch wenn ich es glaube. Das basiert jetzt auf Wissenschaft und von Experten geprüfte Forschung. Die sagen uns das. Okay. Wir haben also zwei Dinge behandelt. Annahmen, die als Fakten gelehrt werden. Erstens, dass der Raum zwischen den Dingen leer sei. Wir wissen, dass das nicht stimmt. Dass das Bewusst-

sein von der physischen Welt getrennt ist ... Wir wissen, dass das nicht stimmt. Wir fragen uns also: wer sind wir? Wer bin ich? Wir haben das von unterschiedlichen Perspektiven aus betrachtet. Wir setzen das im nächsten Abschnitt fort. Was haben wir bisher gemacht? Zusammenfassend können wir sagen, dass Punkt 5 davon handelt, dass wir aus einer Weltsicht ohnmächtiger Trennung zu einer selbstbefähigten Verbindung mit der Welt kommen. Und das zeigt sich in unseren Körpern.

Es zeigt sich in unseren Familien, in unseren Beziehungen, auch unseren intimsten Beziehungen wie auch in der Gesellschaft, am Arbeitsplatz, in Gemeinschaften und sogar zwischen Nationen. Nummer 6: wir wissen jetzt, dass die göttliche Matrix, das Energiefeld, das die von Experten überprüfte Wissenschaft nun als das anerkennt, was alles miteinander verbindet. Die göttliche Matrix, das ist der Behälter, in dem alle Dinge auftreten. Aus dieser Perspektive gibt es nichts außerhalb der Matrix. Das bedeutet, dass alles, was uns passiert, unsere höheren Selbsts, unsere spirituellen Bereiche, all die anderen Dimensionen dass alles das innerhalb dieser Matrix existiert. Die Matrix ist die Brücke zwischen uns und diesen Dingen. Wenn wir innere Erfahrungen erleben, die wir mit anderen Menschen oder der Außenwelt teilen, wie kommt dann diese Erfahrung aus unseren Körpern zu jemand anderem? Es muss sich durch etwas bewegen, durch eine Art Medium. Die göttliche Matrix ist dieses Medium. Und es ist der Spiegel in der Welt, der uns zeigt, was wir geschaffen haben oder was wir für wahr halten in den uns wichtigsten Überzeugungen.

Und Emotionen sind die Sprache, die mit diesem Feld kommuniziert. Das ist im Grunde, was wir gerade geteilt haben. Der erste Teil der Antwort, als wir die Frage gestellt haben: wer bin ich? Wer sind wir? Der erste Teil der Antwort auf diese Frage kommt also aus diesen Blickwinkeln. Im nächsten Abschnitt werden wir einen Schritt weiter gehen, wenn wir anfangen, uns unsere Vergangenheit anzusehen, die Ursprünge der menschlichen Existenz.

Wie alt ist die Zivilisation? Und was ist dieses fundamentale Naturgesetz, das uns zusammen bringt? Und wenn wir all diese Fragen beantwortet haben, dann können wir uns eine schöne Antwort auf die Frage geben: wer bin ich? Wer sind wir?

# Kapitel 3:

Unser Verhältnis zur Vergangenheit

## Lektion 1:

Die menschliche Evolution neu denken



Die menschliche Evolution neu denken Ich möchte nun aus einer etwas anderen Perspektive genau da weitermachen, wo wir aufgehört haben. Wir sind im vorangegangenen Abschnitt die Pyramide durchgegangen, die umgekehrte Pyramide mit den sechs ewigen Fragen. Und diese Fragen sind die Fragen, die Wissenschaftler dafür verwenden, die Frage »Wer bin ich?« als Individuum und »Wer sind wir?« auf das Kollektiv bezogen, zu beantworten. Die glauben, dass wenn wir diese sechs Fragen beantworten können, dass wir dann eine recht gute Vorstellung von unserer Beziehung zur Welt, zu unseren Körpern, zu unserer Vergangenheit hätten, und wie wir es angehen müssen, um die Frage zu beantworten.

Im letzten Abschnitt haben wir also drei dieser Antworten erkundet: zu der uns umgebenden Welt zur Natur des Energiefeldes, zur göttlichen Matrix. Von dieser wissen wir nun, dass sie existiert Und dass sie alles miteinander verbindet. Und wir werden das noch im Detail betrachten. Die Essenz dessen aber, was wir gesehen haben ist, dass es der Behälter, die Brücke und der Spiegel ist, in dem alle Dinge vorkommen. Und dass durch die göttliche Matrix Gedanken, Gefühle, Emotionen, Überzeugungen in unserem Körper, tatsächlich die menschliche DNA beeinflussen, und dass die menschliche DNA die Dinge, die Materie, das, woraus alles besteht, die Photonen, beeinflusst. Jetzt wechseln wir ein bisschen die Gangart.

Ich werde jetzt ein bisschen über unsere Beziehung zur Vergangenheit sprechen und dann alles zusammenführen, um uns dabei zu helfen, die Frage »Wer sind wir?« zu beantworten. Im letzten Teil des Vortrags haben wir, wie gesagt, festgestellt, dass die Annahme der Wissenschaft, dass der Raum zwischen den Dingen leer sei, seit 300 Jahren falsch ist. Es gibt keinerlei leeren Raum. Die Energie ist überall. Manches davon in Formen, die wir erst beginnen zu verstehen oder zu erkennen. Wir waren in dem Glauben verhängen, dass Bewusstsein irgendwie von allem anderen getrennt sei. Und durch visionäre Physiker wie John Wheeler von der Princeton University,

dem Kollegen Albert Einsteins, der im Jahr 2008 gestorben ist. Er war einer der letzten Lichtgestalten, der die wissenschaftliche Gemeinschaft zu einem Verständnis darum führte, dass alles miteinander verbunden ist und Bewusstsein ein Teil davon ist. Ich möchte jetzt also diese drei falschen Annahmen besprechen, die als Fakt gelehrt werden – sie werden in Schulen als Faktum gelehrt. Die Annahme, dass die Evolution alles Leben und das menschliche Leben erklärt. Die Annahme, dass Natur auf dem Prinzip ‚Survival of the Strongest‘ basiert.

Das sind Darwins Worte. Oft wird von »Survival of the Fittest« gesprochen. Ich bin zu dem Originaltext zurückgegangen und Darwin spricht eigentlich vom Überleben der Stärkeren. Dann die Annahme, dass Zivilisation nur 5000 Jahre alt ist. Das sind alles Annahmen, die auf interessante Weise miteinander verbunden sind. Ihr werdet überrascht sein, wenn ihr das seht. Sobald wir das geklärt haben, werden wir diese sechs ewigen Fragen beantwortet haben. Wer bin ich? Wer sind wir? Und das wird uns zu allem anderen führen, das wir in diesem Vortrag machen werden. Die persönlichen Erfahrungen. Die Techniken, die Strategien, die uns beim Wandel auf sehr gesunde Weise helfen werden. Um die Grundlinie der Belastbarkeit zu stärken. Aber es öffnet auch die Tür zu einigen der außergewöhnlichsten Bewusstseinszustände. Einige von denen wir dachten, dass sie Science Fiction seien, und die man bis vor Kurzem in der Science-Fiction fand. Und jetzt wissen wir, dass dies Dinge sind, von denen man annahm, dass sie Science Fiction sind.

Wie Telekinese. Wie die Fähigkeit, in die Zukunft zu schauen. Tiefe Intuitionszustände auf Abruf, wobei wir sofort wissen können, was wahr für uns ist und was nicht, ohne durch die Logikkreise des Gehirns gehen zu müssen. All diese Dinge. Das Aktivieren von Anti-Aging-Hormonen. Die Kaskade von über 1.300 biochemischen Reaktionen in unseren Körpern, wenn wir nur die richtigen Emotionen haben. Alles das wird uns möglich, wenn wir diese Fragen beantworten und die Tür zu neuen Möglichkeiten öffnen.

Darum machen wir das, was wir machen. Ich werde also ein bisschen über Charles Darwin und Evolution sprechen. Ich habe in meinem Vortrag bereits erwähnt, dass ich Wissenschaftler bin. Ich bin Geologe. Ich bin ein studierter Geologe und Geowissenschaftler. Und ich muss euch sagen, dass die Evolution ein Faktum ist. Ich glaube an die Evolution. Ich habe sie an Fossilienfunden mehrerer Lebensformen sehen können. Es ist ein Fakt, aber es scheint mir, dass sie beim Menschen zusammenfällt. Und es gibt immer mehr wissenschaftliche Hinweise, die dem zustimmen, dass die Evolution für andere Lebensformen stimmt, dass es beim Menschen aber anders zu sein scheint. Das muss nicht notwendigerweise mit Religion zu tun haben. Und das heißt nicht, dass ich wüsste, wie es war. Ich sage nur, dass Darwins Vorstellung der Evolution durch Fossilfunde nicht gestützt wird.

Sie wird nicht durch die DNA gestützt. Und sie wird nicht durch andere materielle Beweise gestützt. Das bedeutet, dass wir anfangen müssen, unsere Fragen etwas anders zu stellen. Charles Darwin. Ich möchte ein bisschen über ihn sprechen. 1859 veröffentlichte Darwin ein Buch: *The Origin of Species by Means of Natural Selection*. Ich glaube, dass Darwin ein guter Wissenschaftler war. Und ich glaube, dass er auch sehr mutig war, weil er etwas tat, das zu seiner Zeit niemand zuvor getan hat. Lasst mich eine Frage stellen. Vor der Veröffentlichung von Darwins Buch im Jahr 1859, wenn man da die großen Fragen nach den Leben stellte, Wer sind wir? Woher kommen wir Wie kamen wir hierher? Wie funktioniert alles? Wie kann man die Dinge verbessern?

Wohin richtete vor Darwin seinen Blick? Will jemand? Religion. Die Kirche. Genau. Und Darwin wusste das. Er sagte ... Er wusste, dass seine Theorien vermutlich widerlegt würden. Und ich möchte mit euch ein Zitat von ihm teilen. Darwin ging davon aus, dass seine Ideen keinen Bestand hätten, sobald neue Entdeckungen gemacht würden. Seine Ideen waren nicht als Endpunkt aller Theorien gedacht. Sie sollten eine Brücke sein, ein Sprungbrett,

um uns bei der Beantwortung der großen Lebensfragen von Kirche, Religion und Glaube wegzuführen. Und Darwin wusste das. Ich sage euch das, weil Darwin willens war, seine Theorien widerlegt zu sehen. Es sind die Mainstream-Akademiker von heute, die seine Theorien nicht widerlegt sehen wollen, obwohl die Faktenlage sie nicht so stützt, wie sie heute gelehrt werden. Das sind große Behauptungen. Ich werde sie untermauern. Ich werde euch erzählen, wovon wir wissen, dass es wahr ist.

Wenn wir über Darwin sprechen. Wie viele von euch haben eine schöne Hardcoverausgabe von *The Origin of Species by Means of Natural Selection* auf eurem Nachttisch für die nette Nachtlektüre so wie ich? [Gelächter] Wirklich? Keiner? Es ist ein ziemlich schwieriger Text, und das ist einer der Gründe, weshalb ich das mit euch teilen möchte. Ich möchte euch Darwins eigene Worte zeigen. Und warum er sagte, was er sagte. Eine der grundlegenden Überzeugungen, der essentiellen Dogmen in der Evolutionstheorie. Darwin glaubte, dass das Leben als einzelner Organismus begann. Dass sich alles graduell aus diesem einzelnen Organismus entwickelte, langsam und über lange Zeit. Und ich möchte mit euch seine Sprache teilen. Achtet bitte auf die Sprache. Und ich möchte euch bitten, auf Folgendes zu achten. Wenn ihr an einer heutigen Universität eine Doktorarbeit verteidigen müsstet, und ihr diese Sprache benutzen würdet, wie glaubt ihr, würde eure Arbeit aufgenommen werden? Okay? Behaltet das also im Hinterkopf.

Hier nun Darwins Sprache. Er argumentiert hier, warum er glaubt, dass sich alles aus einem einzelnen Organismus entwickelt hat. Er sagt: »Daher muss ich aus dieser Analogie schließen, dass alle organischen Wesen, die je auf dieser Erde gelebt haben, von einer ursprünglichen Form abstammen, in die der Hauch des Lebens zuerst eingehaucht wurde.« Wenn ihr das sagen würdet, um eure Doktorarbeit zu verteidigen, wenn ihr sagen würdet ... Wenn also euer Professor fragen würde: Woher wissen Sie, dass das wahr ist? Und wenn ihr darauf antworten würdet: »Ich muss aus dieser Analogie

schließen, dass es vermutlich so ist« Wie würde das wohl aufgenommen werden? Klingt das für euch nach wissenschaftlicher Sprache? Nein, tut es nicht. Das ist die Sprache, die die Theorien unterstützt, an die sich die heutigen Akademiker so sehr klammern, obwohl die Faktenlage sie nur für einige Lebensformen, nicht aber für alle Lebensformen stützt. Was Darwin sagt, war dies: Evolution hat über einen langen Zeitraum kleine Änderungen als Antwort auf sich ändernde Umweltbedingungen erlaubt, dass wir uns nur ändern, dass sich das Leben nur ändert, wenn es muss. Das ist wichtig. Das Leben ändert sich nur dann, wenn es sich ändern muss.

Er spricht also über einen langen, langsamen Prozess, von der Vergangenheit bis zur Gegenwart. Dabei entsteht ein Problem. Mehrere sogar. Und ich werde sie nur kurz anreißen. Wenn wir uns das Leben im Allgemeinen anschauen, gab es vor 545 Millionen Jahren eine mysteriöse Periode, in der auf der Erde plötzlich etwa 98% aller bekannten Lebensformen auftraten. Vielleicht habt ihr in Physik vom Big Bang gehört. Die Ausbreitung der Energie, von der man annimmt, dass sie der Beginn des Universums war. Habt ihr davon schon mal gehört? Ich glaube, ich habe es schon erwähnt. Diese Zeitperiode jedenfalls ist das Äquivalent eines biologischen Big Bang. Etwa 98% aller uns heute bekannten Lebensformen entstanden in diesem kurzen Zeitraum. Man nennt es die Kambrische Explosion.

So schnell lief das ab. Schaut, schaut euch diese Grafik an. Schaut, wie schnell das ging. Boom! Das sind die Lebensformen, die es vorher gab, und dann plötzlich geschah alles in dieser kurzen Zeitperiode, die wir hier sehen. Wir wissen nicht, warum das geschehen ist. Wir kennen den Auslöser nicht. Es gibt viele Ideen, viele Theorien. Jedenfalls entspricht das nicht der Vorstellung Darwins, nach der die Evolution der Lebensformen graduell voranschreitet und sich langsam über lange Zeiträume hinweg verändert. Boom! Irgendetwas geschah und das hier trat auf. Wie passen wir in dieses Bild? Das ist die große Frage. Unsere Geschichte verändert sich. 1859 also hat

Darwin seine Theorie vorgestellt, und Anthropologen haben sofort damit begonnen zu versuchen – und das ist wichtig – sie haben versucht, die Fakten, die sich ihnen darboten, in Darwins Vorstellung dessen, was geschehen ist, hineinzupressen. Zu versuchen, Fakten in ein bestehendes Modell einzupassen, ist etwas ganz anderes als zuzulassen, dass die Fakten uns dahin führen, wohin die Fakten uns auch immer führen. Ergibt es Sinn, wenn ich das so sage? Und wir machen das immer noch. Wir machen das heute noch. Die Idee ist, dass wir nun als relativ moderne Menschen uns irgendwie von weniger entwickelten Lebensformen entwickelt haben.

Und die Frage ist, wie das geschehen ist. Die Vorstellung ist, dass das über längere Zeitperioden hinweg langsam geschehen ist. Wir haben uns von einer Lebensform in die nächste entwickelt, zu noch einer und noch einer und noch einer. Das ist die Vorstellung. Das Problem dabei ist, dass die physisch vorhandene Datenlage das nicht unterstützt. Und was glaubt ihr? Nach nun 150 und mehr Jahren, in denen man danach gesucht hat. Das sind 150 Jahre der schlauesten Köpfe unserer Zeit. Die besten Wissenschaftler, die besten Universitäten, das meiste Geld, die ausgefeilteste Ausrüstung. Wenn wir auf der richtigen Spur wären, wären wir viel weiter bei der Suche nach dem sogenannten ‚Missing Link‘. Glaubte ihr nicht, dass wir schon weiter als bisher wären? Sind wir aber nicht.

Ich möchte euch das zeigen. Das ist das Update, denn dies ist die Ein-Tages-Deluxe-Zusammenfassung von 30 Jahren Arbeit von Gregg Braden. [Gelächter]. Alles Mögliche steckt in diesen wenigen Stunden. Das Update also. Die Suche nach Missing Links. Möchtet ihr erfahren, was die jüngsten und großartigsten Erkenntnisse bei der Suche nach Missing Links ist? Ja oder nein? Ja? Das freut mich. Er fehlt immer noch! Das ist das neuste und tollste Update. Und ich denke mal, dass er noch eine lange Zeit weiter fehlen wird. Denn es deutet immer mehr darauf hin, dass er nicht existiert. Ich glaube, wir untersuchen primitive Lebensformen ... Und ich habe Freunde

aus dem universitären Umfeld. Wir sind befreundet, bis wir dieses Gespräch führen. Und es wird dann schwierig, weil sie ihr ganzes Leben der Beantwortung dieser Frage gewidmet haben. Woher kommen wir? Wer sind wir? Aber es gibt zunehmend Hinweise, die darauf hindeuten ... – ihr habt alle schon vom phylogenetischen Baum gehört? Wir stehen an der Spitze dieses Baumes. Ihr werdet gleich sehen, dass es zunehmend Hinweise darauf gibt, dass das so nicht stimmt. Dass wir unser eigener Busch sind. Wir sind eher ein evolutionärer Busch, der sich nicht sonderlich verändert hat, während der phylogenetische Baum der sonstigen Evolution sich hier befindet. Der Missing Link fehlt immer noch.



# Kapitel 3:

Unser Verhältnis zur Vergangenheit

## Lektion 2:

Historische Tatsachen hinterfragen

Historische Fakten hinterfragen Lasst mich euch kurz eine der Studien vorstellen. Und wir könnten ... .. ich glaube es ist klar, dass es viele Stellen im Vortrag gibt, bei denen das jeweilige Thema einen ganzen Vortrag ergeben könnte. Das ist eine dieser Stellen. Wir haben Ganztageskurse, die sich damit beschäftigen. Aus Zeitgründen raffte ich die Highlights zusammen. Und das ist eines davon Das ist eine Story, die meiner Meinung nach auf die Titelseite jeder großen Nachrichtenquelle weltweit gehört. Das hätte auf CNN und in der BBC laufen müssen und in allen großen Medien. Stattdessen passiert das: wissenschaftliche Entdeckungen werden gemacht und werden dann oft an eher obskure Magazine gegeben und wenn sie nicht obskur sind, dann doch solche, die nur von Wissenschaftlern gelesen werden, nicht von der Öffentlichkeit. Genau das ist hier geschehen.

Ihr habt alle vom Neandertaler gehört. Als ich in Deutschland war, hat man mich dort korrigiert, es heiße Neander-TAL. Also Neandertaler oder Neandertaler oder Cro-Magnon ... Habt ihr alle in der Schule davon gehört, dass die unsere Vorfahren waren? Irgendwann im Stammbaum? Davon ging man aus. Das wurde gelehrt. Und es wird immer noch gelehrt. Das Problem aber ist, 1987 wurde eine Entdeckung gemacht. Die Ergebnisse wurden erst im Jahr 2000 veröffentlicht. 1987 wurde in einer tief gelegenen Höhle im Norden Europas der Körper eines Neandertal-Kindes gefunden. Ein weibliches Baby. Und sie war hervorragend erhalten. Nicht gefroren, keine Fossilbildung. Man könnte es Mumifizierung nennen. Es war einzigartig. Wir haben sowas noch nicht ... „wir“ ... ein einzigartiger Fund. Ich war nicht Teil des Projekts. Zu meinem Bedauern. Sie war jedenfalls so gut erhalten, ihre DNA war so gut erhalten, dass Wissenschaftler nun plötzlich DNA von einem Wesen das einer unserer Vorfahren gewesen sein soll und die gut genug erhalten war, um sie mit unserer heutigen DNA zu vergleichen, um erkennen zu können, ob die Schnittmenge groß genug ist, um sagen zu können, dass dies unsere Vorfahren sind. Die DNA wurde also zu einem der besten forensischen Labore der Welt geschickt, das liegt glaube ich in den Niederlanden,

dort hat man das untersucht. Die Ergebnisse wurden 1987 nicht veröffentlicht, erst am 30. März 2000 und zwar im angesehenen Magazin Nature, Band 404, Seite 490. Und ich springe zum letzten Satz des letzten Absatzes in der Zusammenfassung und Conclusio am Ende der Studie. Ihr wollt bestimmt nicht unbedingt den Rest der Studie hören. Ich möchte mit euch teilen, was die Wissenschaftler herausfanden. Hier ist es: Die Ergebnisse legen nahe, dass der moderne Mensch nicht von den Neandertalern abstammt. Der Grund ist, dass deren DNA und unsere DNA nicht ähnlich genug sind, um nahezulegen, dass sie unsere Vorfahren sind.

Und seit dieser Studie wurden weitere Neandertaler-Überreste, die nicht so gut erhalten waren, aber weitere Neandertaler- Überreste wurden gefunden. Einige waren in Eis eingeschlossen, andere waren mumifiziert. Und durch die Datierung wissen wir jetzt, dass wir nicht nur nicht von den Neandertalern abstammen, sondern zur gleichen Zeit mit ihnen lebten. Sie lebten zur gleichen Zeit wie wir. Es gibt Hinweise, die darauf hindeuten, dass wir Neandertaler-Freunde und -Freundinnen hatten. [Gelächter] Ich muss euch kurz sagen, dass ich diese Aussage... dass ich diese Aussage vor einem Hayhouse- Publikum mit etwa 3000 Leuten gemacht habe, dass wir Neandertaler als Freunde und Freundinnen hatten. Da meldet sich eine Frau und sagt: Habe ich immer noch. [Gelächter] Wir haben zur gleichen Zeit gelebt, das heißt, dass wir nicht von ihnen abstammen können.

Jetzt wissen wir also, wer wir nicht sind. Wir sind keine Nachfahren der Neandertaler. Einerseits. Andererseits wird das an Schulen als Faktum gelehrt. Und wenn das jemand in Zweifel zieht, gibt es Riesenprobleme. Ich möchte sehr klar sein: Ich sage nicht, dass wir die alten Lehren einfach wegwerfen sollen. Ich sage aber, dass wir die jungen Leute von heute ernst nehmen müssen. Warum sagen wir ihnen nicht einfach alles. Alles mit ihnen teilen. Ihnen sagen: Schaut, das haben wir die letzten 150 Jahre gedacht. Das hier sind neue Erkenntnisse. Und ich sage euch, weshalb das spannend ist.

Ich hatte nämlich Gelegenheit, mit jungen Leuten Pilotprogramme zu machen. Wir haben welche für Zweitklässler gemacht. Wir haben welche für die Mittelstufe gemacht. Das hieß mal Junior High, jetzt nennt man es Middle School. Und wir haben sie für Oberstufler an progressiven öffentlichen Schulen gemacht. Da erlauben sie mir 1 oder 3 oder vier Stunden zu geben. Da benutze ich eine sehr andere Sprache und viele Bilder. Wir haben vom Boden bis zur Decke einen Schirm aus Kraftpapier gemacht. Wenn man sich also die Pyramiden in Ägypten oder Machu Pichu anschaut, dann wirkt das wie ein Gebäude, in das man eintreten kann.

Sie sind riesig. Und ich benutze eine sehr andere Sprache. Der Grund, weshalb ich das für junge Menschen für wichtig halte, Junge Menschen lieben es, wenn sie erfahren, dass es immer noch Rätsel gibt. Ich weiß noch, dass ich das als Kind auch so empfunden habe. Es macht nicht viel Spaß, etwas zu studieren, wenn alle Fragen gelöst sind. Wenn man aber sagt ... Wenn die aus dem, was ich sage, lernen, dass das diese Fragen sind, auf die es noch keine Antwort gibt, möglicherweise sagen sie dann: Vielleicht kann ich das Rätsel lösen. Vielleicht kann ich den Schlüssel finden, und das finden sie wirklich spannend. Wenn aber aus keinem anderen Grund, dann deshalb, weil man ehrlich zu den jungen Menschen sein sollte. Einfach alle Informationen teilen. Warum nicht? Nehmt sie ernst, respektiert sie. Nehmt sie ernst, mit dem, was wir wissen.

Die Wissenschaft versucht heutzutage, alle archäologischen Funde und alle anthropologischen Funde, alle archäologischen Funde der Zivilisationen, die sie geschaffen haben, zu nehmen und sie in diese bereits bestehende Idee zu pressen. Statt dass sie den Daten erlauben, ihre eigene Geschichte zu erzählen. Und aus meiner Sicht ist das alles andere als wissenschaftlich. Das ist also ein Teil des Problems. Ich habe bereits zuvor erwähnt, dass das immer noch als Faktum gelehrt wird. Das wird als Faktum gelehrt. Ich habe vorhin schon Cro-Magnon erwähnt. Der Begriff Cro-Magnon – wenn ihr zu

einer Zeit zur Schule gegangen seid, als der Begriff in Gebrauch war – gebt ihr euer Alter preis, denn dieser Begriff wird nicht mehr benutzt. Und der Begriff, der ihn ersetzt hat, verrät schon alles. Die Abkürzung ist AMH. Das steht für Anatomisch Moderner Mensch. Anatomisch moderner Mensch. Das sagt alles, worum es bei Cro-Magnon ging. Das ist die Quintessenz: Wir sind plötzlich vor etwa 200.000 Jahren in dieser Form aufgetaucht und haben uns seitdem nicht mehr verändert.

Wir sind vor etwa 200.000 Jahren entstanden. Und wenn Sie ein Skelett nähmen... Und wenn sie... also als sie ein Skelett eines anatomisch modernen Menschen fanden... Und wenn Sie das neben meines hier auf die Bühne stellen würden, dann könnten Sie – abgesehen von der Tatsache, dass ihre Beinknochen etwas dicker waren, vermutlich, weil sie mehr als wir rannten und liefen als wir heute – dann könnten Sie diese nicht auseinanderhalten. Die Körperproportionen waren gleich. Die Größe der Gehirne war gleich. Das Schädelvolumen war gleich. Wir haben uns, seit wir aufgetreten sind, nicht mehr verändert. Ich weiß nicht, woher wir kamen und ich behaupte nicht, dass ich wüsste, was geschehen ist. Alles was ich sage, ist, dass das nicht der Idee Darwins zur Evolution entspricht. Und ich glaube, dass wir das zulassen und mit uns selbst ehrlich sein müssen. Ehrlich, wahrhaftig, faktenbasiert über die Daten. Ergibt das Sinn? Gibt es Fragen? Das ist wichtig. Gibt es dazu Fragen?

Es gibt Bilder, und einige Dokus, die zwei Dinge zeigen, versteinerte Knochenreste von Menschen, die viel größer sind, drei Mal so groß wie das, was man heute sieht. Fünfeinhalb, sechs, neun Meter groß. Perfekt proportioniert, nur größer. Wie auch Menschen, die einen verlängerten Schädel hatten. Das erste Mal habe ich die verlängerten Schädel auf den Tempelmauern von Ägypten gesehen. Und ich sagte mir, okay, das sind einfach nur Bilder. Vielleicht sind sie stilisiert. Oder ein Künstler hat sich Freiheiten genommen. Woher soll ich wissen, dass die echt sind. Und ihr habt das Foto

von mir 1968 in Ägypten gesehen. Das führte mich im nächsten Jahr zu meiner ersten Reise nach Peru. Und in Peru fand ich die mumifizierten Überreste dessen, was ich auf den Tempelmauern in Ägypten gesehen habe. Das waren sehr große Menschen. Einige davon waren zweieinhalb bis dreieinhalb Meter groß. Die hatten verlängerte Schädel. Sowas ist mir auch in China und ähnlichen Orten begegnet. Sie sind in den Mounds in Nordamerika, im Norden von Zentralamerika, im Norden von Illinois, da liegen die riesigen Mounds. Man hat im frühen 20. Jahrhundert damit begonnen, diese Mounds auszugraben. Und man fand diese Skelette. Die Mounds wurden geschlossen. Die Arbeiter mussten Stillschweigevereinbarungen unterschreiben. Einige verloren ihre Jobs, und ihnen wurde verboten über die Funde zu sprechen.

Die Frage ist also: sind die real? Bei einigen denke ich, dass es Fakes sind. Einige dieser Bilder sind mit Photoshop erstellt. Einige sind es nicht. Wenn nur einer davon real ist, wie passt das in all das hinein und wie erklären wir das? Es kommt zu dem Punkt, an dem die Informationen nicht veröffentlicht werden, weil es eine Narration gibt, die die wissenschaftliche Community unbedingt erhalten will. Man nennt sie Anomalien, und die Anomalien unterstützen die Narration ganz einfach nicht.

Es ist also einfacher, die einfach unter den Teppich zu kehren. Wenn wir die aber alle zusammenfügen, und darum erzähle ich das, dann erzählen die Anomalien eine neue Narration. Und die neue Narration deckt sich sehr stark mit den mündlich überlieferten Traditionen unserer indigenen Vorfahren, in denen unsere Wurzeln, woher wir kommen und unsere Rolle in der Welt beschrieben werden. Darüber werden wir später im Vortrag noch ausführlicher sprechen und zwar im letzten Teil des Vortrags.



# Kapitel 3:

Unser Verhältnis zur Vergangenheit

## Lektion 3:

Kooperation nicht Wettbewerb



Kooperation statt Wettbewerb Es ist uns also wirklich ernst, die Frage »Wer sind wir« zu beantworten. Wir gehen also zurück zur 200er Marke und fragen uns: Was ist geschehen? Was ist vor 200.000 Jahren geschehen? Warum sind wir entstanden? So wie wir heute sind? Warum haben wir uns nicht verändert? Wenn Evolution doch das leitende Prinzip ist, weshalb haben wir uns in diesen 200.000 Jahren nicht verändert?

Eines von Darwins zentralen Prinzipien und wir haben das bereits zuvor in diesem Vortrag erwähnt, ist die Idee, dass die Natur auf dem Motto von Wettbewerb und Konflikt beruht. Ich möchte, dass ihr versteht, woher das kommt und ich möchte, dass ihr die wissenschaftlichen Erkenntnisse seht, die das nicht mehr unterstützen. Das ist wichtig. Wenn ihr an diesem Kurs teilnehmt, erhaltet ihr meiner Meinung nach einer der wertvollsten, folgenreichsten Informationen überhaupt, die das Leben von uns allen verändern können, da wir unsere Probleme bewusst wie unbewusst aus dieser Perspektive von Wettbewerb und Konflikt treffen. Was bringt mir das? Was bekomme ich von dieser Beziehung? Oder wenn ich diesen Job annehme? Wenn ich diese medizinische Entscheidung treffe, was habe ich dann davon?

Dieses Denken stammt aus der falschen Grundannahme von Wettbewerb. So ist unsere Welt nicht. Und darum funktioniert das auch nicht. Das funktioniert nicht im Verhältnis mit anderen Ländern. Und wir sehen gerade den Zusammenbruch dieses Denkens, während wir im 21. Jahrhundert große Probleme lösen wollen, wie Waffen und Nuklearwaffen, die Verteilung von Ressourcen unter den Nationen. Wir können das nicht mehr aus der gleichen Perspektive betrachten. Ich möchte, dass ihr seht, woher das kommt. Ist das in Ordnung? Dass wir schauen, woher es kommt? Die Sprache Darwins ... und dafür tauche ich wieder in sein Buch ein. Die Sprache ist ein bisschen kompliziert, aber ich möchte, dass ihr sie seht, und dann reden wir darüber. Darwin, ich erzähle euch kurz, er machte, wie ihr vermutlich wisst,

eine Schiffsreise. Darwin machte eine Schiffsreise. Wie war der Name des Schiffs? Weiß das noch jemand? Die HMS Beagle. HMS Beagle war der Name des Schiffs. Er besuchte Orte wie die Galapagos-Inseln. Und was er als Wissenschaftler tat, und ich finde, das war eine gute Entscheidung, er beobachtete in der Natur selbst, im natürlichen Lebensraum. Er beobachtete Populationen, er sah sich Ameisen an, er sah sich Vögel an, alle möglichen Arten von Motten, er sah sich zahlreiche Lebensformen an. Meiner Meinung nach hat Darwin dabei einen Fehler gemacht.

Er nahm, was er sah, dort auf den Galapagos-Inseln, zu jenem Zeitpunkt, an einem bestimmten Tag an einem bestimmten Ort und er nahm das, was er dort sah, und verallgemeinerte das, was dort geschah, zu einer Regel, von der er sagte, dass sie überall für alle Lebensformen, einschließlich Menschen gelte. Beispielsweise: Er sah sich Ameisen an und sagte: Es ist weitaus befriedigender, sich Instinkte anzusehen, wie zum Beispiel Ameisen, die andere Ameisen versklaven. Das ist es, was er sah. Eine Kolonie Ameisen erobert eine andere. Sie bringt die nicht um. Die haben die anderen versklavt. Sie zur Arbeit gezwungen. So dass Nahrung vorhanden war und Tunnel entstanden. Und als er das sah, dachte er: »Ah!« Was ich hier sehe, ist ein kleines Beispiel für eine Regel, die für alle Lebewesen gilt, einschließlich Menschen. Und so konnte er dieses Denken rechtfertigen. Das hier hat er gesagt: Und es ist sehr gefährlich so zu denken. So gefährlich so zu denken. Er sagte: Es ist weitaus befriedigender, Instinkte zu beobachten, so wie Ameisen, die andere Ameisen versklaven als kleines Beispiel dafür, wie ein grundlegendes Gesetz zum Vorteil aller Lebewesen führt. Nun folgt das Gesetz ... schaut euch das an. Das Gesetz lautet: vermehren, variieren, die Stärksten leben und die Schwächsten sterben lassen. Die Stärksten überleben und die Schwächsten sterben lassen. So ein gefährliches Denken. Darum geht es beim Wettbewerb. Und diese Idee, die in seinem Werk 1859 vorgestellt wurde, das ist die Grundlage so vieler Systeme, die derzeit zusammenbrechen. Systeme in unserem Leben und in unserer Welt, die nicht

aufrechtzuerhalten sind, weil es auf etwas basiert, das nicht stimmt. Das Wirtschaftssystem bricht zusammen. Es basiert auf dem Überleben des Stärkeren. Die Firmenwelt, die zusammenbricht, die Art, wie wir miteinander handeln. Ich möchte sehr klar sein und etwas deutlich machen: Wenn ich von Wirtschaften rede, dann rede ich nicht nur von Geld. Eine Wirtschaft kann mit Geld laufen, braucht es aber nicht. Die Wirtschaft geht um Menschen. Es geht um Menschen, die arbeiten, leben und die lebenswichtigen Ressourcen teilen, die sie für ihren Alltag benötigen. Nahrung, Wasser, Unterkunft. Dinge, die sie für ihre jeweilige Situation benötigen. Und als wir damit angefangen haben, diese Prinzipien anzunehmen, mit dieser Art Dingen in unserer globalen Familie, da ist der Zusammenbruch entstanden.

Es kann um Geld gehen, aber es muss nicht so sein. Es geht um Menschen und wie wir zusammenarbeiten, die Art, wie wir Dinge teilen, die wir brauchen. Als eine globale Familie. Viele der Prinzipien, die wir heute verwenden, basieren also auf dieser Idee. Lasst die Starken leben, die Schwachen sterben. Oder eine Variante davon. Das ist es, woher die Ideen von Kampf, Knappheit, Wettbewerb, Konflikt kommen. Die stammen alle daher. Darwin glaubte ... Darwin GLAUBTE, dass das die Welt ist, in der wir leben. Und so wurde das seine Linse, durch die er alles, was er sah, betrachtete. Es stimmt nicht. Und das ist nicht einfach meine Meinung.

Es ist wissenschaftlicher Fakt, und ich möchte ein paar Artikel zeigen, an denen man das sehen kann. Das ist das sehr angesehene Magazin ‚New Scientist‘. Eine ganze Ausgabe ist der Evolution gewidmet. Dort gibt es einen Essay von einem Mann namens Michael Le Page, erschienen April 2008. Er sagt darin, dass das, was wir in der Natur sehen, ist nicht, dass jedes Tier nur für sich kämpft. Wenn man Fernsehen guckt, kriegt man einen ganz anderen Eindruck. Mir fällt gerade ein, als ich klein war, ich bin in den 60ern aufgewachsen, vielleicht erinnert ihr euch, Schwarzweiß-Fernsehen, Sonntagnachmittag, da gab es nicht viele Alternativen, es gab drei Fernseh-

sender. Einer davon startete kurz vorm Abendessen. Und das endete immer gleich. Ich bin froh, dass es schwarz-weiß war. Das Ende war immer gleich. Ein friedlicher Fluss irgendwo in Afrika. Und plötzlich sprang dieser Löwe aus dem Busch, griff sich eine Gazelle und riss ihr die Kehle raus. Und das Blut fließt in den Fluss, eine einfach grauenvolle Szene. Und dann hörte man eine Stimme. »Die Natur ist gefährlich. Schützen Sie Ihre Familie mit Mutual of Omaha« Mutual of Omaha war eine Versicherung. Und die haben »Wild Kingdom« gesponsert.

Erinnert ihr euch an Wild Kingdom? So hieß die Sendung. Und es ging immer darum, dass irgendein Tier in Fetzen gerissen wurde und dann kam diese Stimme, die sagte: Schützen Sie Ihre Familie mit Mutual of Omaha. Der Gedanke dahinter war, dass Tiere sich gegenseitig töten, sobald sie die Möglichkeit dazu haben. Und so ist es nicht. Die sagen Folgendes: Kooperation ist in der Natur eine sehr erfolgreiche Überlebensstrategie. Und wenn Kooperation nicht mehr funktioniert, können die Folgen fürchterlich sein. Hier sagt die Wissenschaft: dass die Natur nicht auf dem Modell von Wettbewerb und Konflikt beruht. Es gibt über 400 Studien, die in den späten, sorry, frühen 90er Jahren durchgeführt wurden. In ihnen wurde eine einfache Frage gestellt, und die Frage ging so: Wenn wir in der Biologie über Wettbewerb sprechen, reden wir von Gewalt.

Es geht also nicht um eine nette Partie Schach, Dame oder Fußball. Es geht um brutalen Wettbewerb. Was ist der optimale Grad an brutalem Wettbewerb? Die Antwort darauf ist beeindruckend. »Der ideale Grad an brutalem Wettbewerb« – und dass ausgerechnet Wissenschaftler dieses bedeutende Statement machen, hört euch das an! »ist in jeder Umgebung« – das ist breit gefasst. Die sagen, in jeder Umgebung ist der ideale Grad an Wettbewerb, ob im Klassenzimmer, am Arbeitsplatz, in der Familie, auf dem Spielfeld, der ideale Grad ist: NULL. Brutaler Wettbewerb ist immer destruktiv, die Jungen wie die Alten profitieren von Kooperation. 400 Studien! Das stammt

von Alfie Kohn. Sein Buch trägt den Titel: Kein Wettkampf. Das Argument gegen Wettbewerb. Es gibt also ein neues Denken, das sich weg bewegt von der Idee des Überlebens der Stärksten. Und gut, dass das so ist. Und jetzt komme ich wieder auf den Ausgangspunkt. Wir leben nicht in einer normalen Zeit. Weder in unserem Leben noch in der Geschichte der Zivilisation. Wir leben in einer Zeit der Extreme. Und in dieser Zeit der Extreme werden wir an die Grenzen unserer Existenz gedrängt, das betrifft die Art, wie wir unsere Probleme lösen und das, was in der Vergangenheit funktioniert hat. Und wenn die alten Methoden nicht mehr funktionieren, haben wir die Möglichkeit von ihnen abzulassen.

Denn die beste Wissenschaft unserer Zeit zeigt uns inzwischen, dass neue Lösungen, die auf den Realitäten basieren, die wir heute kennen, bereits verfügbar sind. Die Probleme entstehen durch jene, die sich an die alten Ideen klammern, und die versuchen, die neuen Probleme mit dem alten Denken zu lösen. Und darum glaube ich, dass es wichtig ist, dass wir diese Informationen in den Klassenzimmern lehren. Die jungen Leute von heute werden in ein paar Jahren all die Probleme lösen müssen, die wir geschaffen haben.

Durch das Denken, das auf falschen Annahmen der Wissenschaft beruht. Werden wir ihnen die Werkzeuge dafür geben? So dass sie erfolgreich sein können? Oder schwächen wir sie durch das gleiche begrenzte Denken, das die Probleme hervorgebracht hat? Die Antwort darauf weiß ich nicht. Ich glaube aber, dass das eine Frage ist, die wir uns stellen müssen. Und wenn wir etwas ändern wollen, ist jetzt der richtige Zeitpunkt, genau jetzt. Denn unsere jungen Menschen werden nicht jünger. Okay, also ... Darwins Ideen, was er gesagt hat, wird nicht von Beweisen gestützt. Diese Idee des Kampfes, der Knappheit und Wettbewerb und Konflikt. Es ist nicht als Naturgesetz kenntlich. Natürlich sehen wir alle, dass das geschieht. Sie geschehen. Niemand bestreitet das. Sie geschehen als Reaktion auf bestimmte Bedingungen. Und was uns das sagt, ist, dass je länger wir Kampf, Knapp-

Wettbewerb und Konflikt unsere Welt auftreten lassen, desto weiter haben wir uns davon entfernt, in Harmonie mit den wirklichen Gesetzen zu leben, die es uns erlauben, die Herausforderungen unserer Zeit zu transzendieren.

# Kapitel 3:

Unser Verhältnis zur Vergangenheit

## Lektion 4:

Sprungbrett



Sprungbretter Ich hatte schon erwähnt, dass Darwin darauf eingestellt war, dass seine Theorien widerlegt würden. Und ich möchte euch zeigen, auf welche Weise er das gesagt hat. Denn das ist beeindruckend. Und das sagt mir, dass er ... ich glaube, er war ein guter Wissenschaftler, ein ehrlicher Mann. Er erklärt sehr genau, weshalb er diese Ideen veröffentlicht hat. Und es liegt nicht an ihm. Es sind die Leute von heute. Sie kämpfen darum, an seinen Ideen festhalten zu können.

Aber schaut euch an, was er gesagt hat. Das ist ein Zitat. Er sagte: Wenn gezeigt werden könnte, dass ein komplexes Organ existiert, das sich nicht durch zahlreiche, kleine, erfolgreiche Modifikationen gebildet haben kann... Was er also sagt, ist, dass, wenn wir je ein Beispiel finden, bei dem etwas aufgetreten ist, das die Evolution nicht erklären kann, »dann würde meine Theorie zusammenbrechen.« Und wir haben so etwas gefunden. Das menschliche Auge ist ein perfektes Beispiel dafür. Genauso wie die DNA ein perfektes Beispiel dafür ist. Es gibt also Beispiele. Und in längeren Vorträgen würde ich nun ins Detail gehen, in den Büchern mache ich das. Der Schlüssel für diesen Kurs besteht hier darin, dass dieses Denken nicht mehr von der Annahme das Überleben der Stärkeren gedeckt wird. Und Darwin wusste, dass die Möglichkeit dazu bestand, und er war einverstanden. Er sagte: Ich will einfach nur... Ich paraphasiere... Ich lasse ihn kurz durch mich sprechen... Er sagte: Ich hab nur versucht, euch anzustupsen, fangen wir an, das ist ein Sprungbrett, eine Brücke.

Das ist nicht das Ziel, wir sind gerade unterwegs zu etwas. Das ist es, was er gesagt hat. Und wisst ihr, es ist interessant, weil das für so vieles in unserer Welt zutrifft. Wisst ihr, die Welt verändert sich. Und für viele, die die Veränderungen wahrnehmen, ist das beängstigend. Und sie sagen, wenn es nicht ist, wie es mal war, muss es falsch sein. Aber viele von den Dingen, die sich heutzutage verändern, waren nie als finale Lösung gedacht. Sie waren als Sprungbrett oder Brücke gedacht. Beispielsweise der Verbrennungs-

motor. Wisst ihr, als Ford diesen Motor entwickelt hat, da sagte er, das sei übergangsweise so, bis sie ein anderes Modell gefunden hätten, das nicht auf Verbrennung angewiesen sei. Kleine eingefangene Explosionen in den Zylindern, die die Kolben antreiben. Das war ein Übergang. Tesla ... Nikola Tesla ist ein perfektes Beispiel. Tesla erfand das elektrische System, das wir heute verwenden. Er entwickelte es ... Ich war übrigens mal Mitglied der Tesla Society. Daher wusste ich das. Als ich als Ingenieur in der Verteidigungsindustrie gearbeitet habe, war ich auch Mitglied in vielen Forschungsgesellschaften. Ich war Mitglied der Tesla Society. Ich habe eine Kopie von Nikola Teslas Labornotizen aus dem letzten Jahr als er die Technologie entwickelt hat, 1899 bis 1900. Da war er in Colorado Springs, Colorado. Er entwickelte die Technologie, die uns erlaubt, Strom ohne Hochspannungsleitungen zu nutzen.

Aber seine Idee, elektrischer Übertragung über physische Hochspannungsleitungen, ich werde nun kurz für Tesla sprechen ... Danke! Dazu sagte er, das ist übergangsweise. Er sagte, hier geht es erst mal nur darum, dass die Menschen die Annehmlichkeit der Elektrizität jetzt schon haben. Unser Leben hört nicht mehr einfach auf, wenn die Sonne untergeht, wir haben nun innen Licht, wir haben Elektrizität, um Maschinen zu betreiben. Das ist übergangsweise, bis ich zur nächsten Phase komme. Und dann brauchen wir den Strom nicht mehr. Kennt ihr alle die Geschichte? Er hatte die Technologie und arbeitete mit den großen Bankiers seiner Zeit zusammen, und die Bankiers sagten: Das ist großartig. Eine großartige Technologie. Keine Hochspannungsmasten zu brauchen, um Elektrizität von Punkt A nach B zu kriegen, Sie fragten also: Wie berechnet man das den Leuten? Es sind Bankiers ... Tesla sagte: Das ist doch die Idee. Gar nicht! Es ist kostenlos. Es ist kostenlose Energie. Also entzogen Sie ihm das Kapital. Sie sagten, die Welt sei noch nicht bereit für kostenlose Energie. Sie sagten, wenn wir das nicht verkaufen können, wollen wir es nicht. Jetzt sind 100 Jahre vergangen. Und wir benutzen immer noch ein elektrisches Netz, das nur als Übergang ge-

dacht war und nur eine kurze Zeit eingesetzt werden sollte, bis die nächste Phase erreicht werden konnte. Das sind nur ein paar Beispiele dessen, was ich euch erzähle. Bei Darwin ist es sehr ähnlich. Ideen werden zu einem bestimmten Zeitpunkt hervorgebracht, um uns anzutreiben, damit wir in die richtige Richtung losgehen, bis die nächste Idee auftaucht. Wo haben wir gelernt, dass, wenn alte Ideen nicht mehr funktionieren, dass das bedeutet, dass etwas falsch läuft, etwas kaputt ist.

So wurden wir konditioniert. Wenn es nicht so funktioniert, wie es immer funktioniert hat, muss etwas falsch sein. Ein mächtiger Wechsel im Denken. Ich werde mit euch die Strategien und Techniken teilen, um Widerstandskraft in eurem Gehirn zu schaffen. So dass es viel leichter für euch wird, große Veränderungen in sehr kurzer Zeit zu begrüßen. Die Welt verändert sich. Und wir sind daran gewöhnt, dass sich Wandel relativ langsam, graduell vollzieht. Vielleicht erkennt die eine Generation die Notwendigkeit für Wandel und die nächste vollzieht ihn dann. Das ist im Moment anders. Ich möchte euch eine Frage stellen. Habt ihr je darüber nachgedacht, was für mächtige Wesen ihr in dieser Welt seid? Wie mächtig ein Wesen sein muss, damit ihr und ich, wir stecken da alle zusammen drin ... Und ich muss mir selbst die gleiche Frage stellen.

Wisst ihr, wie mächtig ein Wesen sein muss, wie viel Kraft es braucht, in einer Welt zu leben, in der wir glauben, eine Lebensart, eine Denkweise gemeistert zu haben, und wir haben das wirklich gut hinbekommen. Und plötzlich ist es, als würde man uns den Boden unter den Füßen wegziehen. Und die alten Methoden funktionieren PLÖTZLICH nicht mehr und die neuen sind noch nicht vollständig etabliert. Und von uns wird verlangt, in beiden Welten zugleich zu leben. Und während das von uns verlangt wird, irgendeinen Weg zu finden, so etwas wie Gesundheit, Glück und Beziehungen zu haben, und Essen auf dem Tisch und Karriere und Job, während sich alles, was wir gewusst haben, verändert, und dabei nicht vor lauter Angst vor dem Unbe-

kannten den Kompass zu verlieren, weil die neue Welt noch nicht da ist. Wisst ihr, wie mächtig ein solches Wesen in einer solchen Situation zu sein? Denn das ist es, womit ihr euch gerade konfrontiert seht. Genau da seid ihr. Fühlt ihr das? Was wir in diesem Kurs also machen ist, die Grundlage zu legen. Zunächst: ich glaube, die Menschen sind bereit zu Veränderung, wenn sie einen Grund dafür erkennen. Ich könnte den Kurs damit beginnen, indem ich sage: Okay, vergesst alles, was ihr über Darwin und die Evolution und über den Klimawandel gehört habt. Dann sagen die Leute: Mmmh, wirklich? Woher weißt Du, dass das stimmt?

Denn unsere linke Gehirnhälfte hinterfragt. Ich zolle eurer linken Gehirnhälfte Respekt. Ich gebe euch auf hohem Niveau und sehr schnell die Fakten, die die Behauptungen stützen, und während eure linke Gehirnhälfte die alten Ideen langsam ziehen lässt und die neuen annimmt, wenden wir uns den Strategien und Techniken zu, die eurem Herzen und eurem Gehirn erlauben, zusammen daran zu arbeiten, den Wandel auf gesunde Weise zu integrieren. Dann ist man in einem mächtigen, sehr mächtigen Zustand. Sehr bald schon, selbst wenn Du Veränderung nicht magst ... Ich habe schon viele beobachtet, die so selbstbewusst wurden, dass sie sagten: Okay, ich bin bereit zum Wandel. Immer her damit!

Seid vorsichtig mit dem, was ihr dem Universum sagt. »Immer her damit! Her damit, denn ich weiß jetzt, wie ...« Und sie machen es, die werden zu Ninjas. Die werden plötzlich Ninjakrieger des Geistes im Angesicht des Wandels. Weil es so viel Kraft verleiht, sich von der Last der Angst vor dem Ungewissen zu befreien. Okay, Darwin hat also gesagt, dass seine Theorie angreifbar ist. Und genauso wie der Verbrennungsmotor wie die Hochspannungsmasten war das als Sprungbrett gedacht. Und jetzt betreten wir ein neues Verständnis. Ich werde dazu noch im letzten Abschnitt dieser Reihe, dieses Kurses etwas sagen. Ich werde darauf zurückkommen und mich darauf beziehen und mit euch etwas teilen, das für mich sehr mächtig ist, das

das steckt lebenslange Arbeit drin. Es hat mich fast 30 Jahre gekostet, um dahinzukommen, was ich mit euch teilen werde. Alles das im letzten Abschnitt, der sich wieder hierauf und die große Frage »Wer sind wir?« bezieht. Ich tease also ein klein bisschen an, was wir noch machen werden.

# Kapitel 3:

Unser Verhältnis zur Vergangenheit

## Lektion 5:

Menschliche Zivilisation neu denken

Die menschliche Zivilisation neu denken Nun möchte ich mit euch über die Idee der Zivilisation sprechen. Interessant ist, dass das alles ineinandergreift. Die Idee, wie alt die Zivilisation ist und wie sie funktioniert, reflektiert letztlich Darwins Ideen von Wettbewerb und Kampf gegenüber Kooperation und gegenseitiger Hilfe. Ihr dürftet überrascht sein, wenn ihr es noch nicht kennt. Euch und mir wurde eine Geschichte erzählt, die von der Beziehung zu uns selbst, zueinander, zur Erde und zu unserer Vergangenheit handelt. Eine wissenschaftliche Geschichte, von der ich zuvor bereits gesagt habe, dass sie von neuen Entdeckungen widerlegt wurde. Und eines der Dinge, die für mich so aufregend sind, bezieht sich auf die Zivilisation selbst. Wie alt ist die Zivilisation. Wie lange gibt es uns? Und gab es technologisch fortschrittliche Zivilisationen in der Vergangenheit?

Ich weiß noch, dass ich mit vier Jahren sehr fasziniert war von der Vorstellung von Ägypten und was davor geschehen ist. Und meine Mutter hat zwar nicht immer meine Leidenschaften geteilt, aber sie hat mich stets in meinen Interessen unterstützt. Also hat sie mit mir zusammen gelernt. Und zusammen haben wir die Namen aller Könige Ägyptens gelernt. Und wir haben die Namen aller Dinosaurier und aller Planeten gelernt. Merkur, Venus, Erde, Mars, Jupiter, Saturn, Uranus, Neptun, Pluto. Wir haben das alles gelernt. Sie hat mich überall unterstützt. Denn ich wusste, dass es bei der Geschichte der Welt noch etwas mehr gab, etwas das fehlte, etwas das vergessen worden war. Und das hat mich zur Archäologie hingezogen. Die Möglichkeit, dass wir vielleicht eines Tages die Entdeckungen machen würden.

Leute wie David Hatcher Childress. Ich habe seine Bücher gelesen, als ich sehr jung war, und er war als Entdecker unterwegs, er reiste im Rucksack um die Welt und entdeckte alte Zivilisationen. Inzwischen habe ich die Ehre mit ihm gemeinsam auf Konferenzen zu sprechen. Ein Mann, den ich gelesen habe, als ich 20, 30 Jahre alt war. Und ich kann nun die Geschichten hinter den Kulissen hören, so viel mehr, als ich euch hier sagen kann.



Ich will euch Folgendes zeigen: Uns wurde in der Schule beigebracht, vielleicht habt ihr gerade eure Kinder in der Schule, dass der Zeitstrahl der Zivilisation etwa so aussieht. Auf der rechten Seite ist die Gegenwart, die rote Linie. Das hier reicht 5000, 5500 Jahre zurück. Und uns wird beigebracht, dass da die Zivilisation ihren Anfang nahm. Im Reich der Sumerer. Und danach liegt alles viel kürzer zurück. Ägypten war vor etwa 5000 Jahren, die Indus in Indien, da ist Griechenland, da ist Rom...

Als ich klein war, dachte ich Griechenland und Rom, das ist so lange her. Und sie sind antik. Aber nur in der Relation antik. Es gibt so viele Dinge, die so viel älter sind. Kennt ihr diese Erfahrung auch? Dann gab es die Inka, die Maya und dergleichen. Mir wurde beigebracht, dass das die Zivilisation ist. Die Geschichte der Zivilisation. Das Problem ist, dass die Fakten dieses Bild nicht mehr stützen. Das ist der Punkt, an dem ich meinen Lehrer an der Highschool fragte. Ich sagte, ok, das verstehe ich. Aber was ist davor passiert? Was ist das? Und ... [Gelächter] Das ist der Moment, wo er sagte: Verschwende Deine Zeit nicht. Da ist nichts, da war nichts. Es ist alles hier ist die eigentliche Action. Ich lasse jetzt meinen Prof sprechen. Ziemlich viel Channeling heute... Wenn ich es als Autor nicht schaffen sollte, werde ich es als Medium versuchen. Okay? [Gelächter] Ich kann all die Leute auftreten lassen, die ich referenziere. Er sagte: Nichts. Vergeude Deine Zeit nicht damit. Da war nichts. Ich muss euch sagen: Weit gefehlt! Dieser Typ taucht andauernd in meinen Bildern auf. [Gelächter] Und ich weiß nicht, weshalb.

Aber ich habe einen Großteil meines Lebens damit verbracht, einige der ältesten, isoliertesten, entferntesten, unberührtsten Orte, die es heute noch auf der Welt gibt, aufzusuchen, die die Aufzeichnungen unserer Vergangenheit bewahren. Manchmal Kloster, manchmal Bibliotheken, manchmal die Orte selbst. Ich werde euch ein paar Anomalien zeigen, die nicht in diesen Zeitstrahl passen. Ihr sagt, nun, wenn es eine ist, dann ist es vielleicht nur eine Anomalie. Aber wenn es so viele sind, dass sie eine eigene Geschichte

erzählen, müssen wir ehrlich mit uns sein und uns diese Geschichte anschauen. Das ist eine davon. Das ist eine archäologische Ausgrabungsstätte im Norden Perus. Das wurde kürzlich freigelegt. Hier werden die Geschichtsbücher für Gesamtamerika neu geschrieben. Diese Ausgrabungsstätte ist inzwischen von Experten wissenschaftlich anerkannt als älteste technologisch-fortschrittliche Zivilisation in ganz Amerika, Nord wie Süd. Es ist älter als alles in Mexiko, älter als alles in den USA. Soweit wir heute wissen. Wie es heute angesehen wird.

Es ist älter als die Inka, die Maya, älter als die Olmeken und Tolteken. Es ist ein Ort, den es eigentlich nicht geben dürfte. Es ist eine große Anlage, etwa 60 Hektar. Es gibt fünf Pyramiden, drei riesige, kreisförmige Plätze. In einem davon stehe ich auf diesem Bild. Es ist immer noch eine aktive Ausgrabungsstätte. Je mehr sie graben, desto mehr wird dort gefunden. Hier sieht man es aus der Luft. Der Ort ist bekannt unter dem Namen Caral in Peru. Es liegt etwa 4 Autostunden nördlich von Lima Richtung Inland, in der Nähe der Bananenplantagen. Es ist ein sehr mysteriöser Ort. Niemand weiß, wer es gebaut hat. Und hier ist das Problem: Uns wird beigebracht, dass die Zivilisation vor etwa 5000 Jahren ihren Ursprung nahm. Und das ist der Zeitpunkt, da diese hier endete.

Diese hier ging zu Ende, als die fortgeschrittene Zivilisation angeblich ihren Anfang nahm. Diese Menschen kannten Astronomie. Sie wussten von Zeitzyklen. Die kannten Sonnenzyklen, Mondzyklen, Mathematik, Architektur, Landwirtschaft. Sie wussten, wie man mehrstöckige Bauwerke baut. Nichts davon hat man zuvor gesehen. Caral, Peru also. An dem Tag als ich mit meinem archäologischen Führer dort war, hat er die Universität angerufen und der Tag, an dem wir da waren, war genau der Tag, an dem die Ergebnisse der Datierung von drei unabhängigen Laboren kamen, und sie haben alle bestätigt, dass dieser Ort vor 5000 Tagen unterging, aber 2000 Jahre vorher gegründet wurde. Wir blicken auf etwas, das 7000 Jahre zurückliegt.

Und er sagte, nun, das ist interessant. Vielleicht ist es ein Zufall, vielleicht eine Anomalie. Wir haben vielleicht eine übersehen. Das Problem ist, dass solche Orte mehrfach und an vielen Orten der Welt auftauchen und sogar noch weiter zurückreichen. Lasst mich aus Zeitgründen einfach ans Ende springen. Die älteste archäologische Ausgrabungsstätte, die wir heute kennen, die älteste der Welt, befindet sich an einem zur Zeit sehr gefährlichen Ort. Sie befindet sich auf der Grenze zwischen der Türkei und Syrien. Sehr gefährlicher Ort, ich glaube nicht, dass es da noch Touren hingibt. Es ist eine aktive Ausgrabungsstätte. Sie heißt Göbekli Tepe. Göbekli Tepe in der Türkei. Ein sehr mysteriöser Ort. Hauptsächlich, weil der Großteil der Tempel vergraben liegt.

Bildgebende Radare zeigen ihre Existenz. Das ist interessant, weil ... Wir haben mit der umgekehrten Pyramide der falschen Annahmen der Wissenschaft aus einem ganz bestimmten Grund begonnen. Ich werde mich immer wieder darauf beziehen. Diese Stätte wurde in den 60er Jahren von einem amerikanischen Archäologen gefunden. erinnert ihr euch an die umgedrehte Pyramide? Der Gedanke war, und das ist das, was uns gelehrt wurde, dass Zivilisation linear sei. Sie beginnt primitiv, entwickelt sich zu dem, was heute ist, und das geschah einmal. Okay? So wird es geglaubt.

Als sich der amerikanische Archäologe also die Datierungen ansah, die sich aus der Untersuchung der Töpferwaren und den Ausgrabungsgegenständen ergaben, da passten die Datierungen nicht in dieses Szenario. Sie waren älter. Und er glaubte das nicht. Er sagte: Das kann nicht stimmen, weil Zivilisation linear verläuft. Der amerikanische Archäologe gab also eine der größten Entdeckungen des 20. Jahrhunderts auf. Das war in den 60er Jahren. In den 90ern kam ein deutscher Archäologe. Er sah sich die gleichen Datierungen an. Und er konnte sie nicht glauben. Er glaubte die alte Geschichte nicht. Und berühmterweise hat er dann gesagt: Wenn ich jetzt nicht umkehre, und mich von diesem Berg nicht jetzt entferne, dann werde

ich den Rest meines Lebens damit verbringen, diese Stätte auszugraben. Und er ging nicht weg. Er starb 2014. Ich glaube, er hat dort sein ganzes Leben verbracht. Zum Glück musste er nicht mehr den Krieg im Moment nicht miterleben. Er würde dort nicht arbeiten können. Göbekli Tepe ist also ein sehr mysteriöser Ort. Derzeit sind 15 kreisförmige Tempel bekannt, die unter der Erde liegen. Zwei von ihnen, glaube ich, wurden ausgegraben. Ich habe mit dem Fotografen vom Smithsonian gesprochen, der mir die Erlaubnis gegeben hat, diese Bilder mit euch zu teilen, so kann ich euch zeigen, wie einige davon im Augenblick aussehen. Ihr seht von oben in die Aushebung an einem der Ausgrabungsstellen.

Das sind die Pfeiler ... lasst mich euch kurz zum Größenvergleich ein Bild mit einem Menschen daneben zeigen. So groß sind die. Und wie ihr sehen könnt, müssen die erst noch bis zum Boden vorstoßen. Die graben immer noch. Und wenn die tiefer graben, geht es noch weiter zurück, was die Datierung angeht. Behaltet das im Hinterkopf. Da die Pfeiler unter der Erde lagen, sind die Hieroglyphen sehr gut erhalten. Wie hier ... und da ... Und hier ... Und die Datierung liegt im Moment ... erinnert ihr euch? Wir lehren den Schülern in den Klassenzimmern, die Zivilisation habe vor 5.000 Jahren begonnen.

Das Alter dieser Bauten ist über doppelt so hoch. Derzeit lauten die Datierungen 11.300 bis 11.500 Jahren vor unserer Zeit. Also. Das sind also wissenschaftliche Datierungen. Nahezu doppelt so alt. Hier seht ihr, was uns erzählt wurde. Die Zivilisation, wie sie – wie es hier scheint – nur als Referenz habe ich dies hier gezeigt. Seht ihr das Blaue auf dem Slide? Das reicht bis etwa 12.000 Jahre zurück. Das ist die Eiszeit. Das ist die letzte Eiszeit. Das nur zum Vergleich. Und nach der Eiszeit gab es etwa 4000 Jahre, in denen es viel unbeständige Wettersituationen gab. Starke Stürme. Wenn meine Frau zu mir sagt, dass wir einen großen Sturm bekommen, bereite Dich lieber vor. Dann frage ich: Wird er 4.000 Jahre andauern? Dann antwortet sie: Vermutlich nicht. Und ich darauf: Also kein großes Problem.

Es ist alles relativ, nicht wahr? Schaut euch also an, was passiert. Schaut euch diese Orte an. Da ist Caral 5000 bis 7000 Jahre. Da ist die große Sphinx in Ägypten. Sie wird nun auf zwischen 7000 und 9000 Jahre datiert. Zu jener Zeit haben die schweren Regenfälle die Erosionen an der Sphinx hervorgebracht, die heute bei der Datierung helfen. Dann kommt Göbekli Tepe 11.300 bis 11.500 Jahre alt. Jetzt heißt es, dass sie, wenn sie das Ende der Ausgrabung erreicht haben, bei 13.000 Jahren ankommen. Wir sprechen hier über technologisch fortgeschrittene Zivilisationen der Eiszeit. Dann kommt Catal Höyük, eine weitere Ausgrabungsstätte in der Türkei, über die ich nicht mal gesprochen habe, der Golf von Khambhat in Indien.

Das ist eine ganze Stadt. 5 Kilometer lang, 8 Kilometer breit. Sie liegt 36 Meter unter Wasser. An der Küste Indiens. Und die Frage ist: Wie ist die da hingekommen? Entweder wurde sie unter Wasser gebaut. Was eher unwahrscheinlich ist. Aber ein Wissenschaftler muss das sagen. Entweder das. Oder sie wurde auf dem Land errichtet, und ist untergegangen, als der Meeresspiegel gestiegen ist. Am Ende der letzten Eiszeit, als das Eis geschmolzen ist, hat das schmelzende Eis die Meere gefüllt. Und da steckt aber ein Problem drin. Archäologisch gesehen, versaut das die Lehrbücher. Bringt die Narration durcheinander. Okay, also ... Göbekli Tepe hier wird laut Meinung der Experten am Schluss genau hier landen, wenn man unten angekommen ist.

# Kapitel 3:

Unser Verhältnis zur Vergangenheit

## Lektion 6:

Zyklische Zivilisationen

Zyklische Zivilisationen Also ... Was ich hier als Bezugspunkt aufgezeichnet habe ... Die roten Linien, die ihr auf dem Slide erkennen könnt, sind 5000-jährige Zyklen. Vielleicht erinnert ihr euch ... vielleicht erinnert ihr euch an das 2012-Phänomen. Der Kalender der Maya. Und all die Gespräche über 5000-jährige Zyklen, in der Präzession der Erdachse. Und darum geht es bei diesen Zyklen. Und jetzt kommt der Grund, weshalb ich das mit euch teile. Hier ist heute, die Gegenwart. Und diese rote Linie ist 2012, was gerade vorbeigegangen ist. Okay. Das Ende eines Zyklus. Und wir befinden uns jetzt am Anfang eines neuen Zyklus.

Die gesamte Geschichte... Die Geschichte die der Jugend beigebracht wird, das ist nicht die Geschichte der ganzen Welt und das für immer. Stimmt's? Das ist nicht die Geschichte der Welt und das für immer. Sondern die Geschichte von was? Die Geschichte des jüngsten Zyklus. Der Zyklus davor ist überhaupt nicht dabei. Und jetzt sehen wir hier mindestens noch einen zuvor liegenden Zyklus. Die Zivilisation ist zyklisch. Und das hilft dabei, zu verstehen, woher das Wissen kommt. Wie haben die Ägypter gelernt, Pyramiden zu bauen, woher haben die Maya das Wissen um die Zyklen der Zeit? Was da gerade passiert, ist, dass die Wissenschaft in der Lage ist, eine Verbindung zu ziehen zwischen diesen uralten Zivilisationen und diese Weisheit in diesen Zeitzyklus herüberzuführen.

Es gibt dazu im Augenblick sehr viele Theorien. Was wir aber auf jeden Fall wissen, ist, dass Zivilisation zyklisch ist und dass technologisch fortschrittliche Zivilisation nicht vor 5000 oder 5500 Jahren entstand, sondern weit aus früher. So, und das ist das Rätsel. Ich liebe Rätsel. Junge Menschen lieben Rätsel. Deshalb weiß ich, dass ihr das alle großartig findet. Helft mir mal, ich erzähle euch jetzt was. Vier dieser archäologischen Ausgrabungsstätten – über zwei davon haben wir gesprochen, über zwei andere nicht. Und ich werde euch jetzt Merkmale zeigen, die man in allen gefunden hat. Und ihr sagt mir gleich, welches Motiv alle miteinander verbindet Beginnen



wir hier mit. Das ist Göbekli Tepe. Vor 11.300 bis 11.500 Jahren. So alt ist es. Eines der Rätsel bei der Entdeckung des Ortes war, dass es hier keinerlei Hinweise auf Kriege gab. Keinerlei Hinweise auf Mauern zum Schutz der Tempel oder der Stadt. Keinerlei Hinweise auf Waffen. Keine Skelette, die auf Massengräber bei einem großen Krieg schließen ließen. Also keine Waffen, keine Skelette, keine Mauern. Was war da los? Hier ist der Golf von Khambhat in Indien. In 36 Metern Tiefe, 5 Meter lang, 8 Meter breit. Es gibt keine Hinweise auf Mauern zum Schutz der Tempel oder der Stadt. Keine Hinweise auf Kriege oder Waffen.

Man muss sagen, vielleicht hat man sie schlicht noch nicht gefunden, weil es unter Wasser liegt. Das ist sicher möglich. Es passt aber zu einem Muster, das hier kenntlich wird. Das hier ist Çatal Hüyük. Es liegt in der Türkei. 8000 bis 10.000 Jahre alt. Und rätselhaft ist, dass es keine Mauern gibt, die Stadt oder Häuser schützen. Kein Hinweis auf irgendeinen großen Krieg, keine Massengräber, keine Hinweise auf irgendwelche Waffen. Das ist Caral in Peru. 7000 Jahre alt, 6.900 Jahre. Das Rätsel: keine Mauer, die die Stadt schützt. Keine Mauern, die die einzelnen Anlagen schützen und es wurde keinerlei Hinweis auf Waffen gefunden. Keinerlei größere Gräber, die bei großen Konflikten zu erwarten wären. Was verbindet all diese Orte, diese uralten Zivilisationen, die vor den Sumerern zu datieren sind?

Alles älter als 5.000 Jahre, was ist das verbindende Element des letzten Zivilisationszyklus? Wer mag? Das verbindende Element ist, es gibt keinerlei Hinweis auf Krieg. Der Punkt ist also, dass wir darauf konditioniert sind, dass Krieg eine sehr natürliche, menschliche Tätigkeit ist, die wir immer vollziehen. Und es ist weitaus leichter das zu akzeptieren, wenn wir daran glauben. Ich zeige euch gleich eine Behauptung, die den jungen Menschen gelehrt wird. Die Hinweise stützen diese These nicht. Die Hinweise stützen im Gegenteil, was die jüngste Forschung in der Biologie uns mitteilt. Die Natur basiert auf dem Modell von Kooperation und gegenseitiger Hilfe.

An diesen archäologischen Stätten fehlen Hinweise auf Konflikte, zumindest soweit wir sie bisher kennen. Als Wissenschaftler muss ich nun eine von zwei Theorien vertreten: Entweder sind die Waffen noch nicht gefunden worden oder sie existieren nicht. Sowas schon mal gehört? [Gelächter] Das wäre ein gänzlich anderer Workshop! [Gelächter] Sorry, keine Ahnung, woher das kam. Hmm ... Es scheint so, als mache ich Channeling für eine gewisse Anhörung vorm US-Kongress. [Gelächter] Das hier aber ist wahr. Es ist ein archäologisches Rätsel.

Die Frage lautet: Wo sind die Waffen? Was haben die Leute benutzt, um sich zu verteidigen? Wo sind die Mauern? Weshalb haben die keine Mauern, um sich zu schützen? Habt ihr meine Reflexe gesehen? Habt ihr das gesehen? Ich sage euch, wir haben echt einen Lauf heute. [Gelächter] Keinerlei Hinweise auf irgendeinen Krieg. Der erste große Krieg ... und ich finde das faszinierend, die ersten Überreste eines groß aufgezogenen Krieges, bei denen Armeen gegen andere Armeen, Waffen gebaut wurden und die Menschen sich gegenseitig verletzten, lassen sich erst finden am Anfang des Zyklus, den wir 2012 beendet haben. Die ersten Hinweise auf Krieg finden sich dort. Bei den alten Sumerern. Okay? Das ist der 5000-jährige Zyklus, den wir 2012 gerade abgeschlossen haben.

Wir befinden uns jetzt in einem neuen 5000-jährigen Zyklus. Das Kennzeichen für diesen Zyklus waren Krieg und Konflikt. In jedem Jahrhundert in den letzten 5000 Jahren hat auf die ein oder andere Weise Krieg oder Konflikt gesehen. Der erste groß aufgezogene Krieg ... ich zeige es euch, genau hier Das ist er erste archäologische Fund, der das zeigt. Das ist die Vorderseite der sogenannten Stele, die aus dem alten Babylon stammt. Lasst mich euch kurz erklären: Das sind Soldaten. Das sind ihre Köpfe. Und sie stehen hinter körperlangen Schildern. Die Speere sind nach vorn gerichtet. Und sie laufen Formation. Das ist die Vorderseite der Stele. Sie heißt die Stele der Geier. Und der Grund dafür sind die grauenhaften Folgen auf der Rückseite

der Stele. Da sind die Geier, die die Leichen der auf dem Schlachtfeld liegenden Soldaten fressen. Das ist die erste Aufzeichnung, die wir von einem großangelegten Krieg haben. Und wir müssen uns fragen: Wo haben wir Krieg gelernt? Habt ihr euch das je gefragt? Wo haben wir gelernt, eine Metallkugel mit Zacken und einer Kette mit Griff zu bauen, die man schleudern kann, um jemand anderen zu verletzen. Wo haben wir das gelernt? Wenn ihr den alten Texten glauben wollt, liegt das nicht in unserer Natur, sondern wurde uns in einem anderen Leben beigebracht.

Es gibt eine ganze Geschichte darum, wie das geschehen ist und woher das Wissen stammt, der eigentliche Punkt ist aber, dass es nicht unsere eigentliche Natur ist. Und das möchte ich euch sagen. Die Biologie sagt uns ... Die Biologie sagt uns, dass die Natur auf Kooperation und gegenseitiger Hilfe basiert. Die Archäologie stützt diese These. Vor dem aktuellen Zyklus gab es keine Hinweise auf Waffen, keine Notwendigkeit uns gegen andere zu verteidigen. Keine Massengräber, verstümmelte Körper, keine Äxte und abgeschlagene Schädel und Gliedmaßen. Noch nicht ... Und man sollte meinen, dass man nach 200, 300 Jahren Suche danach man diese inzwischen gefunden hätte, wenn sie denn existierten. Das bedeutet also, dass zu Beginn dieses Zyklus etwas grundlegend anderes geschehen sein muss. Also des Zyklus, der gerade zu Ende gegangen ist.

Und wenn man sich die Geologie anschaut, gibt es da etwas sehr Interessantes. Der letzte Zyklus fiel mit dem Zyklus des Klimawandels zusammen. Vor 5000 Jahren gab es einen Zyklus des Klimawandels, der dem jetzigen sehr ähnlich war. Das Wasser zog sich zurück. Die Jahreszeiten veränderten sich. Nahrung wurde knapp. Und möglicherweise war das ein Auslöser für die gewaltsamen Konflikte, die zu jener Zeit begannen. Vielleicht. Ich möchte euch etwas zeigen. Das ist interessant. Es geht um ein Lehrbuch, das von jungen Studenten verwendet wird. Es heißt: »War Before Civilization«. Der Autor ist ein Mann namens Keeley. Ich glaube, er ist ein guter Forscher, ein

guter Historiker. Und ich möchte den Mann hier nicht beleidigen. Ich möchte, dass das klar ist. Er schrieb ein Buch, das auf dem basiert, was er zu der Zeit, als er das Buch schrieb, wusste. Die neuen Entdeckungen stützen die Aussage jedoch, mit der das Buch im ersten Satz eröffnet, nicht mehr. Und dieses Buch wird immer noch für Studenten eingesetzt. Und dies ist der Satz, er sagt: Krieg ist etwas wie Handel oder Tausch etwas, das alle Menschen tun. Das ist nicht wahr. Und dieses Denken in die Köpfe der jungen Menschen zu pflanzen, wenn diese sehr empfänglich sind, halte ich für gefährlich. Und ich halte es für unehrlich.

Das ist nicht ehrlich. Es ist nicht wahr. Das ist es, was gelehrt wird. Es wird glorifiziert, ihr wisst das. Wenn wir also dieses Denken verändern wollen, dann liegt das nicht daran, dass wir eine Meinung oder Theorie haben. Die Beweisstücke, die wissenschaftlichen Ergebnisse stützen diese Behauptung nicht mehr. Sie belegen im Gegenteil, dass die Natur auf dem Modell von Kooperation und gegenseitiger Hilfe basiert. Und wir haben nicht immer schon Krieg geführt. Wir haben nur als Reaktion auf ganz bestimmte Umstände das erlernt, was man heute die »Gewohnheit« des Krieges nennt.

Krieg ist eine Gewohnheit. Auf etwas, das wir nicht mögen, mit Krieg zu antworten, ist eine Gewohnheit. Und es ist eine Gewohnheit, die man verändern kann. Stimmt ihr zu, dass es eine Gewohnheit ist, die man ändern kann? Ich glaube, und ich bekenne, dass ich ein Optimist bin. Aber ich bin aber auch ein Realist. Und ich mache mir keine Illusionen, wie viel Arbeit es machen wird, eine solche Veränderung durchzuführen. Ich glaube, dass diese Generation Dinge sehen wird, die wir seit 5000 Jahren nicht gesehen haben. Ich glaube, dass diese die erste Generation seit 5000 Jahren sein wird, die sich vom Krieg abwenden wird, die von Krieg als Mittel zur Lösung von Problemen absehen wird. Ich glaube, dass wir einem großen Krieg sehr nahe kommen werden. Und ich glaube, diese Generation wird es sein, die »nein« zum Krieg sagen wird. Was geschieht, wenn man einen Krieg anfängt und

keiner auftaucht? [Gelächter] Ich glaube, das ist die erste Generation, die das rausfinden wird. Haltet ihr das für möglich? Ich glaube, wir werden das noch in unserer Lebenszeit sehen. Und dann denkt ihr an heute zurück, wenn das eintritt. Okay? Was ich euch also sagen wollte, war, dass Krieg nicht wie Handel und Tauschen ist, es ist keineswegs etwas, das alle Menschen tun. Und jetzt ... können wir diese Fragen beantworten. Wählen wir eine Zukunft, die auf der Gewohnheit des Kriegs oder eine, die auf Harmonie und Kooperation basiert? Die Antwort darauf weiß ich nicht. Wir entscheiden uns gerade. Wir können die Wahl aber nur treffen, wenn wir wissen, dass sie existiert.

# Kapitel 3:

Unser Verhältnis zur Vergangenheit

## Lektion 7:

Eine neue Geschichte erschaffen

Die Schaffung einer neuen Narration Was wir gemacht haben, ist, alles systematisch durchzugehen. Ich habe große Behauptungen aufgestellt. Ich habe gesagt, dass das Denken von 150 Jahren widerlegt wurde. Das ist eine große Aussage, eine große Behauptung. Und ich wollte, dass eure linke Gehirnhälfte weiß, weshalb. Und jetzt werdet ihr nie wieder über Evolution, über Wettbewerb und Konflikt auf die gleiche Weise denken. Vielleicht betrifft es auch die Beziehung zwischen Menschen, weil ihr es jetzt gesehen habt, euer Bewusstsein hat die Zeichen dafür gesehen und eure linke Gehirnhälfte sagt: Ah! Ihr erinnert euch vielleicht nicht an jedes Detail. Aber eure linke Gehirnhälfte hat das jetzt gesehen. Und wenn ihr das seht, macht irgendetwas Klick, und etwas löst sich. Und eure linke Gehirnhälfte sagt: »Ah. Ich muss das nicht mehr fragen, zumindest nicht so wie zuvor.« Und dieser Filter erlaubt es, dass das in eure rechte Gehirnhälfte und in euer Herz eindringt. So dass ihr die Erfahrungen machen könnt, ohne diese Erfahrungen zu hinterfragen. So werde ich euch gerecht, wenn wir das machen. Wir wissen also jetzt, dass die Evolution weder Leben noch menschliches Leben erklärt.

Wir wissen, dass die Natur nicht auf dem Überleben des Stärkeren basiert, dass die Zivilisation viel älter als 5000 Jahre ist. Auf die Frage »Wer sind wir« können wir also bisher Folgendes sagen. Ich kann sagen, dass das menschliche Leben sich, seit wir vor 200.000 Jahren aufgetreten sind, wenig verändert hat. Dass die Zivilisation, dass die technologisch fortschrittliche Zivilisation mindestens 12.000 Jahre alt ist. Und wir wissen, dass sie sogar noch älter ist. Sie war bereits zu jener Zeit fortgeschritten. Woher stammen wir und wie ist das geschehen? Wir haben über das Faktum gesprochen, dass Bewusstheit der Missing Link zwischen uns und der Welt ist. Wir werden alle diese Fragen durchgehen. Wir wissen, dass eine Matrix aus Energie alle Dinge miteinander verbindet und dass die Natur auf dem Modell von Kooperation und gegenseitiger Hilfe beruht. Wenn wir also fragen: »Wer sind wir?« dann müssen diese Erkenntnisse in die Art, wie wir



antworten, miteinfließen. Da sie uns alle betreffen. Was haben wir also in diesem Abschnitt gemacht? Der Punkt hier ist, dass wissenschaftliche Erkenntnisse die traditionelle Narration über den Ursprung des Menschen nicht mehr stützen. Ich möchte sehr klar sein. Ich sage nicht, dass es hier eine religiöse Implikation hat. Ich weiß es nicht. Ich habe eine Meinung dazu... Ich habe meine Gedanken und meine Überzeugungen... Aber als Wissenschaftler kann ich nicht aufgrund der Faktenlage beantworten, woher wir nun kommen. Was ich sagen kann, ist, dass die Story, die man uns erzählt, und die an die junge Generation weitergegeben wird, von diesen Erkenntnissen nicht gestützt wird. Und ich denke... ihr wisst, was ich darüber denke. Ich finde, dass es sehr unehrlich ist, das als Fakten zu präsentieren. Die Erkenntnisse stützen die traditionelle Geschichte über die Ursprünge der Zivilisation nicht.

Ich habe gerade versucht, euch dabei zu helfen, zu verstehen, worum es dabei geht. Die Erkenntnisse stützen hingegen eine neue Erzählung des Menschen. Und diese basiert eher auf Kooperation und Gemeinschaft als auf Wettbewerb und Konflikt. Vielleicht müssen wir nicht genau wissen, woher wir kommen. Wenn wir aber die tiefsten Wahrheiten über unsere Beziehungen kennen, zu unserem Körper, zueinander, zur Erde, zur Vergangenheit, das grundlegende Naturgesetz, unsere Beziehung zu dem Energiefeld, das alle Dinge miteinander verbindet, wenn wir das alles kennen, dann reicht das vielleicht, um eine neue Erzählung anzunehmen. Und ich glaube, dass wir eine neue brauchen. Habt ihr das Gefühl, dass wir eine neue Story brauchen? Ja, ich glaube, es ist an der Zeit. Eine neue Erzählung, die auf den Fakten basiert, die uns dabei hilft, uns den neuen Herausforderungen zu stellen. Manche nennen es eine Krise. Ich bin da zögerlich, da es nur eine Krise ist, wenn wir nicht wissen, wie wir damit umgehen sollen. Es gibt aber Herausforderungen. Und wir sind in einer Zeit der Extreme. Während wir also die Ideen annehmen, möchte ich folgendermaßen darüber denken: Wenn wir uns die alten Ideen so vorstellen können, dass wir sie in einen Ordner abhe-

ften mit dem Label: die Art, wie wir bisher dem Leben begegnen, und wenn sie funktionieren, sollte man sie nutzen. Ich glaube, wir sind es uns selbst schuldig, alles anzuwenden, alle Informationen zusammenzutragen, alles zu tun, um die besten Entscheidungen möglich zu machen. Steckt die neuen Erkenntnisse aber in einen anderen Ordner, den ihr »Möglichkeiten« nennt. Und wenn die alten Ideen zusammenbrechen, wenn sie nicht mehr funktionieren, dann sollten wir, statt krampfhaft zu versuchen, sie aufrechtzuerhalten, sie krampfhaft im Unterricht am Leben zu halten, Industrien, die auf etwas basieren, was nicht mehr stimmt, aufrechtzuerhalten, den Ordner mit den alten Ideen beiseitelegen, den neuen mit dem Titel »Möglichkeiten« öffnen, und es wird uns allen besser gehen.

Wir werden bessere Menschen und erhalten eine bessere Welt, weil wir ehrlich mit uns selbst sind, und ich kehre immer wieder dahin zurück. Ehrlich, wahrhaftig, faktenbasiert. Je besser wir uns und unsere Beziehung zu unserer Welt verstehen, desto besser sind wir ausgerüstet für das, was uns das Leben an die Türe legt. Und damit beschließe ich diesen Teil unseres Kurses, diesen Abschnitt des Kurses. Ich möchte euch allen danken, dass ihr einige der größten Rätsel über uns und unsere Beziehung zur Welt erkundet habt. Und im nächsten Segment gehen wir einen Schritt weiter. Das solltet ihr nicht verpassen. Okay? Bleibt dran. Vielen Dank euch allen! [Applaus]

# Kapitel 4:

Außergewöhnlich verdrahtet

## Lektion 1:

Ein erweitertes neuronales Netzwerk

Ein erweitertes neuronales Netzwerk Wir haben nun Gelegenheit, einige der Ideen zu erkunden, die die Wissenschaft benutzt hat, um uns zu definieren, mit der sie uns in den letzten 150 Jahren gesagt hat, wer wir sind. Viele davon basieren auf dem Konzept der Evolution, wie es 1859 von Charles Darwin formuliert wurde. Und ich habe ja bereits sehr klar gesagt, dass ich als Geologe Evolution als Fakt erkenne, ich habe sie an Fossilien für viele Lebensformen nachvollziehen können.

Es funktioniert nur da nicht mehr, wo es um uns geht, um Menschen. Die Faktenlage stützt schlicht und ergreifend Darwins Vorstellung von Evolution in Bezug auf uns nicht. Das heißt nicht, dass ich wüsste, was passiert ist, weil ich als Wissenschaftler nicht sagen kann, und wie ich schon sagte, habe ich meine eigenen Ideen und Theorien, ich kann die aber nicht als Fakten verbreiten, weil sie eben nur das sind: persönliche Ideen und Theorien. Ich möchte also da weiter machen, wo wir aufgehört haben und es einfach ein bisschen weiter führen. Ich komme nochmal zurück auf eine von Darwins Ideen, und ich möchte euch zeigen, weshalb es Fakt ist, dass ihr und ich darauf gepolt sind, vollkommen außergewöhnliche Wesen zu sein. Ihr seid alle bereits darauf gepolt, ihr werdet sozusagen so ausgeliefert. Ihr seid darauf gepolt, außergewöhnlich zu sein, und wir lernen jetzt, wie wir die Systeme in uns aktivieren, die diese außergewöhnlichen Seinszustände in unseren Alltag tragen.

Sie sind also gar nicht mehr so außergewöhnlich, sie sind einfach da. Die Fähigkeiten, über die wir gesprochen haben, die tiefen, tiefen Intuitionszustände, die direkte Hotline zu unserem Unterbewusstsein, die Fähigkeit, diese Anti-Aging-Hormone zu aktivieren, die nicht nur den Alterungsprozess verlangsamen, sondern umkehren können. Wir haben das unter Laborbedingungen beobachten können. Wir sind also wirklich darauf gepolt außergewöhnlich zu sein. Lasst uns noch mal auf Darwins Ideen zurückkommen. Ich zeige euch einen weiteren Punkt, an dem seine Vorstellung zusammen-

bricht. Eine der Schlüsselkomponenten in Darwins Theorie der Evolution ist, dass die Natur uns nie mehr gibt, als das, was wir brauchen, wenn wir es brauchen. Das war die Vorstellung einer Evolution, in der die Umweltbedingungen die Veränderungen auslösen, so dass langsam, graduell über längere Zeitperioden hinweg eine Art entstehen kann. Ein Kollege namens Alfred Wallace – eigentlich Alfred Russel Wallace – ist jemand, der dazu ausgiebig publiziert hat. Und sein Buch »Contributions to the Theory of Natural Selections« wurde 1870 veröffentlicht. Und ich möchte die Sprache mit euch teilen. Ihr werdet begeistert sein.

Eine Hauptkomponente der Evolutionstheorie ist, dass Natur uns nie mehr gibt, als wir benötigen. Er sagte: »Natur stattet keine Art über die existentiell notwendigen Dinge hinausgehend aus.« Da steckt ein großes Problem drin. Das Problem ist – und ich hasse es, derjenige zu sein, der euch das als Erster sagt aber ihr seid über die Maßen ausgestattet, alle. Und ich weiß, dass das für jeden etwas anderes heißt. Und darum lacht ihr bereits. Wenn ihr also von dem Kurs nach Haus geht und gefragt werdet, was ihr heute gelernt habt, könnt ihr sagen: »Oh, dass ich über die Maßen ausgestattet bin.« Mit ernstem Gesicht. Wir sind auf folgende Weise über die Maßen ausgestattet: Wir tauchten auf mit diesem Körper, der, wie ich vorhin schon sagte, genau so aussah wie heute, vor etwa 200.000 Jahren.

Wir hatten eine Zunahme der Gehirnkapazität um 50% im Vergleich zu dem Primaten, von dem man annimmt, dass er uns vorausging. Plötzlich also Boom! 50% mehr. Plötzlich hatten wir Sprache, moderne Anatomie, opponierbare Daumen und Finger, wir liefen aufrecht. Wir hatten bewussten Zugang zu einem neuronalem Netzwerk, das wir erst beginnen zu verstehen. In der modernen Welt. Ein erweitertes neuronales Netzwerk. Was ich damit meine? Darum geht es in dem folgenden Abschnitt. Eine der aufregendsten Entdeckungen – für eine Entdeckung dieses Ausmaßes ist es eher selten der Fall, dass sie so spät in einem Fachgebiet gemacht wird. Und das hat

mit dem menschlichen Herzen zu tun. Wir haben Herztransplantationen vorgenommen Herztransplantationen durchgeführt, und zwar seit den späten 60er Jahren. Und das mit relativem Erfolg. Ziemlich erfolgreich. Und aufgrund des erfolgreichen Verlaufs der Transplantationen ist ein Denken entstanden, das glaubt, dass wir so ziemlich alles über das menschliche Herz wissen. Und aus diesem Grund waren Wissenschaftler und Ärzte überrascht, als die Entdeckung, die ich mit euch teilen werde, bekannt gemacht wurde, was erst vor Kurzem geschah. Diese Bekanntmachung erfolgte im Jahr 1991. Diese Entdeckung hat die Grundfesten wissenschaftlicher Kenntnisse über das Herz erschüttert. Es war die Entdeckung von 40.000 spezialisierten Zellen im menschlichen Herzen. Das hatte man in der Vergangenheit nie erkannt. Die waren immer schon da. Sie waren nur nicht erkannt worden.

Man nennt sie »Sensory Neurites« das klingt recht fachsprachlich, es bezeichnet ein sehr spezialisiertes Neuron, sehr ähnlich zu jenen im Gehirn, das sich im Herz befindet. Eines der Dinge, die mich daran faszinieren, ist dies: Die »Neuriten« waren in einem neuronalem Netzwerk konzentriert, das so mit dem, was wir im Gehirn haben, verwandt ist, dass Wissenschaftler diese Entdeckung tatsächlich das »kleine Gehirn im Herzen« nennen. Es wird »das kleine Gehirn im Herz, das Gehirn des Herzens« genannt. Und jetzt ... Das kann man sich einfach nicht ausdenken. Schaut euch den Nachnamen des Wissenschaftlers an, der das entdeckt und veröffentlicht hat. Sein Name ist Armour ... was sehr ähnlich zu Amour ist. Was Liebe bedeutet. Das nenne ich mal karmisches Schicksal. Ein 5-jähriger: »Was willst Du werden, wenn Du groß bist?« »Weiß nicht.« »Ich sag's Dir, Du wirst Liebe entdecken.« Und was sie wirklich bedeutet. Diese Entdeckung wurde in einer sehr angesehenen Zeitschrift veröffentlicht. »Neurocardiology« Wie viele Menschen haben eine Hardcoverausgabe des Magazins »Neurocardiology« auf dem Nachttisch für die abendliche Bettlektüre? Nicht sehr viele. Und hier ist der Grund dafür: Es ist ein relativ neues Magazin.

Denn schaut euch an, was das Wort bedeutet. Neuro bedeutet? Nerven ... Gehirn-ähnliche Nerven ... Cardiology dreht sich ums Herz. Warum würde man die Worte kombinieren? Was haben Nerven und Herz miteinander zu tun? Folgendes: Das Gehirn des Herzens, der Begriff ist mittlerweile akzeptiert, ist ein Netzwerk aus Neuronen, Neurotransmittern, Proteinen und Stützzellen, die denen im Gehirn selbst sehr ähnlich sind. Was bedeutet das? Schaut euch das an. Das Gehirn des Herzens erlaubt ihm entweder unabhängig vom Gehirn in unserem Kopf, vom kranialen Gehirn, zu handeln.

Das Gehirn des Herzens kann unabhängig vom kranialen Gehirn handeln. Es kann ohne das Gehirn in unserem Kopf lernen. Es kann sich ohne das Gehirn in unserem Kopf etwas merken. Es kann alleine fühlen und empfinden oder: Unter den richtigen Bedingungen kann das neuronale Netzwerk im Herzen bewusst mit dem Gehirn in unserem Kopf, dem kranialen Gehirn, verbunden werden. Zwei eigenständige Organe ergeben so ein einziges, sehr mächtiges neuronales Netzwerk. Und wenn wir das gelernt haben, was wir in diesem Kurs tun werden, während wir lernen, wie man das macht, öffnen wir die Tür zu mächtigen und außergewöhnlichen menschlichen Erfahrungen. In der Vergangenheit wurden diese zu mystischen Zuständen erklärt, zu besonderen Fähigkeiten, mit denen manche Menschen offenbar geboren wurden, einigen fällt das leichter als anderen.

Sobald wir den Mechanismus verstanden haben, erinnert ihr euch? Wenn die Fakten klar sind, werden unsere Entscheidungen offensichtlich. Wenn die Fakten, wie diese Dinge zusammenwirken ... Denkt daran, wohin wir mit allem wollen. Wir wissen bereits alle, dass wir in einer Welt leben, in der alles miteinander verbunden ist. In der es ein Feld da draußen gibt, das alles verbindet. In der menschliche Emotionen die Sprache sind, die mit dem Feld kommuniziert. Ihr werdet in diesem Kurs noch mehr davon sehen. Und jetzt lernen wir, dass die Wissenschaft genau da ankommt und nun bestätigt, was unsere ältesten und spirituellsten Traditionen immer schon sagten,



dass wenn wir bestimmte Dinge hier drin tun, wir uns in die Lage versetzen, mit der Welt da draußen zu kommunizieren, zu senden und zu empfangen. Hier kommen tiefe Intuitionszustände und Zugang zu unserer unterbewussten Programmierung ins Spiel. So kommt es zu raschen, spontanen Heilungen, spontan auftretende Heilungen. Und zwar in uns selbst wie auch in anderen. Weil eben alles miteinander verbunden ist. Was macht man also mit dieser Verbindung? Es ist so, als hätte man einen Radiosender, auf der anderen Seite des Globus, und man kann sich einfach einschalten. Und wenn man den Regler hat, wie findet man dann genau den richtigen Sender? Sobald wir das Netzwerk verstanden haben, wie stellen wir es ein?

# Kapitel 4:

Außergewöhnlich verdrahtet

## Lektion 2:

Der Körper erinnert sich

Das Gedächtnis des Körpers Ich möchte darüber kurz sprechen, damit ihr wisst, wie real das ist und um euch eine Vorstellung davon zu geben, womit Kardiologen und Ärzte hier zu tun haben. Ich habe schon die Herztransplantationen erwähnt, DeBakey in Südafrika war in den späten 60er Jahren einer der ersten. Und die waren so erfolgreich damit, und sie sind Routine heute, dass neuen Entdeckungen in Bezug auf das Herz nur sehr wenig Beachtung geschenkt wurde, bis diese Entdeckung gemacht wurde. Es gab immer schon Anekdoten zu Herztransplantationen, zu den Klassikern gehören, dass transplantierte Menschen ihre Vorlieben bei der Ernährung umstellen, einige wechseln nach einer Transplantation ihre sexuelle Orientierung und das in beiderlei Richtung.

Sie sind vielleicht heterosexuell und entwickeln homosexuelle Präferenzen und umgekehrt. Das sind anekdotische Geschichten. Eine der klassischen Geschichten dreht sich um eine Frau über 80. Sie bekam ein Herz von einem jüngeren Spender transplantiert, normalerweise sind die anonym und die Dokumente werden versiegelt. So dass man nicht herausfinden kann, von wem das Organ stammt. Und diese spezielle Frau konnte es auf dem Rechtsweg nicht herausfinden und hat deshalb sehr viel selbständig recherchiert. Sie hat viel kombiniert, ist Todesanzeigen durchgegangen, so Sachen. Und sie hat die Familie ausfindig gemacht, zu der der Mann gehörte, dessen Herz sie in ihrem Körper hatte. Sie begann, Fragen über Leben und Vorlieben des Mannes zu stellen.

Der Grund war, dass sie nach ihrer Transplantation, die erfolgreich war ... der Doktor kam ins Zimmer, und das klingt wie ein Witz ... Der Arzt betritt das Zimmer ... und er fragt: »Wie geht es Ihnen? « Und sie: »Ich bin hungrig.« Und er sagt: »Ich lass Ihnen etwas zu essen bringen. « Und Sie sagt: »Ich will kein Krankenhausesen. « Er fragt sie also, was sie will. Und sie beginnt Dinge aufzulisten, die sie noch nie in ihrem Leben gegessen hat, sehr spezifische Pommes, ratet, welche Art? Welche Art Pommes? Genau, McDonalds

Pommes. Sehr spezifische Cheeseburger. Welche Art? Ganz genau, die hat die noch nie zuvor gegessen. Und ihre Familie war wirklich überrascht. Und als sie die Familie des Mannes gefunden hatte, fand sie heraus, dass das Essen, nach dem sie sich sehnte, genau das Lieblingsessen des jungen Mannes war, dessen Herz nun in ihr schlug. Die Ärzte sagten also: Hmm... Ist das nicht ein Zufall? Und dann machten sie weiter. Diese Art von Geschichten, wurden immer auf Konferenzen geteilt und sind gut dokumentiert. Bis eine ganz bestimmte Geschichte auftauchte. Eine junge Frau hatte ein Herz bekommen. Erfolgreicher Verlauf. Und auch wenn die Transplantation technisch gesehen erfolgreich war, bekam die Frau nahezu sofort danach einen Traum und zwar einen Alptraum. Das war nicht jede Nacht, aber es war häufig genug.

Es war ein wiederkehrender Traum, und der Traum war jedes Mal gleich. Und sie erzählte das ihrem Doktor, und der meinte, das läge außerhalb seiner Expertise. Er überwies sie an eine Psychologin. Die Psychologin erkannte, dass ihre Patientin, die junge Frau keinen Traum hatte, sondern eine Erinnerung. Und sie wusste nicht, wessen Erinnerung das war, ob die Frau das irgendwo gesehen hatte oder ob diese Dinge ihr wirklich geschehen sind. Also hat sie einen Phantombildzeichner aus der Stadt dazu geholt. Die junge Frau sollte beschreiben, was sie in dem Traum sah. Und sie tat das extrem detailliert und extrem genau.

Und sie beschrieb Folgendes: Es war nachts und dunkel, sie befand sich in einem Wald und wurde von einem Mann gejagt. Und sie lief vor dem Mann weg, weil dieser sie verletzen wollte. Sie stolperte und fiel auf den Waldboden, der Mann holte sie ein. Er griff sie an und tötete sie. Und sie sah dabei in sein Gesicht, und während er sie tötete, sprach er mit ihr. Und während sie all das dem Zeichner beschrieb, wiederholte sie die Worte und beschrieb das Gesicht des Mannes. Das war in einer relativ kleinen Stadt. Der Zeichner ging aufs Polizeirevier, die machten einen Fahndungsaufruf und der Mann

auf dem Bild wurde rasch gefunden. Er wurde einer Befragung unterzogen und er brach zusammen und gab zu, dass er das junge Mädchen gejagt, angegriffen und getötet hatte, jenes Mädchen, dessen Herz nun in dem Körper der jungen Frau war, das Herz des Mädchens, das die Erinnerung an all das hatte, was geschehen war. Und aufgrund dieser Fakten und zusätzlicher Aussagen wurde der Mann angeklagt, ihm wurde der Prozess gemacht, und er sitzt nun im Gefängnis für den Mord an dem jungen Mädchen. Und alles das aufgrund einer Erinnerung, die sich im Herzen des Opfers befand und das in einen völlig fremden Menschen verpflanzt worden war. Und der Grund, weshalb ich euch das erzähle, ist, dass ich will, dass ihr merkt, wie real dieses Gedächtnis ist. Das ist keine Metapher. Unser Herz hat die Fähigkeit ein eigenes Gedächtnis zu haben, das unabhängig von dem kranialen Gehirn funktioniert. Das hat viele Implikationen, deshalb erzähle ich euch das. Es ist eine gewaltige Entdeckung. Plötzlich sagte der Doktor: »Vielleicht gibt es da einen Zusammenhang.« Also stellten sie weitere Untersuchungen an. Was sie dabei herausfanden, war, dass es zwar 40.000 dieser »Neuriten« gibt. Und ich zeige euch gleich, wie die aussehen. Sie liegen im Herzen konzentriert vor, aber sie fanden sie in allen Organen des Körpers. Nicht in der gleichen Konzentration, nicht im gleichen Ausmaß. Man kann also nicht sagen, dass man ein kleines Gehirn in der Niere hat. Oder sowas. Allerdings existieren die »Neuriten« auch in der Niere. Sie sind in jedem Organ des Körpers. Und der Grund, weshalb das wichtig ist ... ich erkläre euch jetzt, weshalb das wichtig ist. Wir werden die Strategien und Techniken lernen, um das neuronale Netzwerk zwischen Herz und Gehirn zu verbessern und zu optimieren. Euer Körper versteht das als Liebe. Euer Körper wird diese Verbindung als Liebe verstehen. Und wenn ihr diese Liebe herstellt, – in eurem Körper, in eurem neuronalen Netzwerk zwischen Gehirn und Herz – dann wird sie auch in alle Organe eures Körpers gesendet. Und die Organe in unserem Körper müssen wissen, dass sie geliebt werden. Sie müssen geliebt werden. Ihr könnt jedes Organ durchgehen und diesen Prozess für jedes Organ vornehmen oder es im Herzen und im Gehirn machen.

So versorgt ihr in gewisser Weise alle Organe. Das ist wichtig, da viele medizinischen Probleme und Krankheiten inzwischen mit Emotionen in Zusammenhang gebracht werden. Frauen zum Beispiel. Die Zahl der Brustkrebs- und Gebärmutterkrebserkrankungen steigen, Eierstockkrebsraten steigen, und all diese Erkrankungen werden mit Emotionen in Zusammenhang gebracht. Es gibt Studien, die gewaltige Zusammenhänge aufzeigen. Man kann es noch nicht als Fakt bezeichnen, da die Wissenschaft noch nicht bereit dazu ist. Was man aber sagen kann, dass es einen starken Zusammenhang gibt, zwischen dem Körpergefühl einer Frau, ihrem Lebensgefühl, fühlt sie sich gebraucht?

Eure Körper sind dazu geschaffen, Frauen, ich spreche mit euch, eure Körper sind dazu geschaffen, zu umsorgen. Und wenn ihr nicht das Gefühl habt, umsort zu sein und nicht umsorten könnt, dann muss euer Körper das auf irgendeine Weise zum Ausdruck bringen. Bei Männern ist es die Prostata. Die Anzahl der Prostata-Krebserkrankungen steigen, und es gibt einen deutlichen Zusammenhang. Ich kann es nicht Fakt nennen, aber es besteht eine Korrelation zwischen dem Alter der Männer, meist irgendwann Mitte 40, in der die Verantwortung, die sie dabei fühlen, für sich selbst und ihre Familie zu sorgen, mit der Art korreliert, wie ihr Vater sie beim Versorgen bei ihren Fähigkeiten und in ihrem Potential eingestuft hat.

Wir könnten einen eigenen Workshop dazu machen. Der Punkt ist, dass die Organe in unserem Körper diese Zellen haben, sie haben gehirnähnliche Zellen. Sie fühlen, sie erinnern sich, sie lernen. Sie fühlen. Und während wir lernen, bewusst mit ihnen zu kommunizieren, können wir möglicherweise beeinflussen, was in unseren Körpern vor sich geht. Auch wenn das nicht von der konventionellen Wissenschaft anerkannt ist. Konventionelle Forschungen werden zu diesen Korrelationen durchgeführt. Und die müssen zugeben, dass diese Dinge korrelieren.

# Kapitel 4:

Außergewöhnlich verdrahtet

## Lektion 3:

Wachsende neuronale Netze



Neuronale Netzwerke wachsen lassen Worüber spreche ich also. Was sind diese Neuronen? Das ist ein Bild von einem Neuron. Und gleich sehen wir Filme. Das ist ein Standbild von einem Neuron. Das ganze Ding ist das Neuron, das hier seinen Anfang nimmt. Und überall, wo ihr diese Auswüchse sieht, das nennt man Neuriten. Das sind alles Neuriten. Jeder Fortsatz eines Neurons wird als Neurit bezeichnet. Ein Neurit beginnt so und wächst dann. Neuronen sind sehr sozial. Neuronen sind soziale Organe. So müsst ihr euch das vorstellen. Das ist es, was sie wollen. Sie wollen zusammenkommen. Okay? Neuronen ... [Gelächter] wirklich!

Das ist so was wie Neuronensex, okay? Neuronen wollen mit anderen Neuronen zusammenkommen. Sie bewegen sich auf die anderen zu, sie suchen andere. Manchmal geschieht das spontan. Spontaner Neuronen-Hook-Up. Okay? [Gelächter] Ihr könnt das das nächste Mal probieren, wenn ihr jemanden trifft, zu dem ihr euch sehr hingezogen fühlt und mal schauen, wie das ankommt. Ich erzähle euch das gerade, weil ihr diese Hook-Ups beeinflussen könnt. Beispielsweise ... ich frage mal. Hat jemand von euch schon mal versucht, eine andere Sprache zu lernen. Oder Musiker. Sind Musiker da? Ich bin Gitarrenspieler, wie ich erwähnt habe. Es ist für Musiker das Gleiche, für alles, was wir neu lernen.

Aber ich nehme diese beiden Sachen als Beispiel. Wenn ihr eine neue Sprache lernt, wenn ihr das erste Mal versucht, die Worte auszusprechen. Tibetisch zum Beispiel. Tibetisch fällt mir schwer. Weil es keinen Sinn ergibt, die Buchstaben ergeben für mich keinen Sinn, anders als römische Zahlen und römische Buchstaben. Ich werde also Sprache verwenden. Ihr lernt und lernt, ihr versucht die Worte zu formen, die seltsam und schwierig sind und keinen Sinn ergeben. Und habt ihr dann bemerkt, dass ihr eines Morgens aufwacht und plötzlich denkt ihr auf Tibetisch oder Spanisch oder Deutsch. Je erlebt? Oder Italienisch. Habt ihr das je erlebt? Gitarrenspieler! Ich liebe es, einem Gitarrenspieler zuzuhören, weil ich weiß, dass das Instrument,

das ich höre, genau das Gleiche ist wie meines, das Griffbrett ist genau das Gleiche, alles, was ich tun muss, ist genauso zu denken, wie der Mann oder die Frau, die spielt. Und schon kann ich tun, was sie tun. Als ich begann, begegnete mir Michael Hedges, er war ein großartiger Akustikgitarrenspieler, der vor ein paar Jahren gestorben ist. Er war ein Wyndham Hill Musiker. In einem meiner Bücher schreibe ich über meine Beziehung mit Michael Hedges, er hat mich nach einem Konzert auf die Bühne gebeten. Die Sicherheitsleute haben mich einfach durchgelassen, er war so nett zu mir. Und er hat wirklich viele Türen für mich geöffnet, so dass ich viele Vorurteile, die ich aus meiner klassischen Gitarrenausbildung hatte, über das, was Gitarren können, ablegen konnte.

Er hat also eine wichtige Rolle in meinem Leben gespielt. Wenn ich also Michael Hedges höre, dann weiß ich, dass ich die gleiche Gitarre habe wie er. Ich habe das gleiche Griffbrett, das gleiche Tuning. Ich muss nur noch so denken wie er. Ich gehe die Bewegungen durch, alles sehr angestrengt. Und dann wache ich einen Morgen auf, das war erst vor Kurzem. Martha kam rein: »Welches Album hast Du gerade angehabt?« »Ich habe nichts an. Ich übe einen Song von Michael Hedges.« Und sie sagt: »Echt? Welcher Song ist es?« »Das habe ich noch nie gehört.« Und ich: »Das liegt daran, dass ich es noch nicht ganz kann.« Aber das bin ich gewesen.

Man wacht also eines Morgens auf und Du denkst wie der Musiker, Du denkst in dieser fremden Sprache. Was geschieht, wenn das eintritt? Das ist der Schlüssel zu dem, was wir hier tun. Folgendes passiert: Ein Neuron wollte sich mit einem anderen Neuron verbinden. Und Dein Wunsch und Deine Anstrengung etwas Neues auf der Gitarre oder diese Sprache zu lernen, Dein Lernen ist der Auslöser in Deinem Körper, der dazu führt, dass das Neuron dazu bringt, Neuriten wachsen zu lassen, und sich nach anderen umzuschauen, um ein neuronales Netzwerk zu schaffen. Und hier wird es interessant. Ergibt das Sinn für euch soweit? Wenn ihr also etwas lernt,

wenn ihr etwas lernt, dann baut ihr selbst ein neuronales Netzwerk. Ihr erschafft das neuronale Netzwerk. Und das ist der Grund, warum man sagt: Wenn es beim ersten Mal nicht klappt, muss man einfach weiterprobieren. Es braucht normalerweise etwa 72 Stunden, bis ein Neuron wachsen, sich umschauen und verbinden kann. Ich muss euch noch etwas sagen. Aus Zeitgründen wollte ich erst nicht, aber da wir gerade da sind, will ich das kurz erzählen. Und zwar aufgrund dessen, wo das hinführt. Es gibt eine Denkweise in der Vergangenheit. Ich wurde so aufgezogen ... dass wir glauben, unsere Erinnerungen werden im Gehirn gespeichert. Okay? Die neuen Forschungsergebnisse deuten darauf hin, dass das nicht stimmt.

Ein paar Gründe dafür sind Carl Preben hat hervorragende Ergebnisse mit dem holografischen Gehirn erzielt. Er konnte im Labor zeigen, dass wenn ein Teil des Gehirns, von dem wir dachten, dass es für Dinge wie Sprechen, Laufen, Hören oder ähnliches zuständig ist, dass wenn dieser Teil nicht mehr funktioniert oder nicht mehr existiert, aus welchem Grund auch immer, dass dann ein anderer Teil des Gehirns diese Aufgabe versucht zu übernehmen und die Aufgabe des anderen Teils imitiert.

Die Information wird also nicht nur in einem Teil des Gehirns gespeichert. Und hier wird es sehr interessant... Die neuen Forschungen legen nahe, dass diese Informationen gar nicht im Gehirn vorliegen, dass die Informationen im Feld vorgehalten werden. Und unser Gehirn, ob nun das des Herzens oder im Schädel... Wenn wir diese neuronalen Netzwerke bauen, dann bauen wir auch die Antenne, die sich in das Feld hineinwählt, in dem die Informationen sind. Denkt mal darüber nach. Es bedeutet, dass es keine Geheimnisse gibt. [Gelächter] Lasst mich ein Beispiel erzählen, ich erzähle ja gerade das Technische. Ich meine, ich gebe wissenschaftliche, nicht notwendigerweise technische Informationen. Denkt darüber nach, die Informationen leben nicht in uns drinnen. Es ist im Feld, das wir bauen. So wie ihr eine Antenne auf eurem Fernseher oder Radio habt, und die Form der Antenne legt fest,

in welches Energiefeld sie sich einwählt, die Form und Qualität der Antenne in uns legt fest, wo wir im Feld die Informationen abgreifen. Der Grund, weshalb das für euch wichtig ist ... Wenn man Künstler ist ... sind Künstler unter euch? Kreative? Oder seid ihr alle unkreativ? Okay. Schon okay, ich verstehe. Es ist das Schüchternheitssyndrom in einem kleinen Publikum. [Gelächter] Ich erzähl euch ein Beispiel. Wie viele von euch kennen Künstler? Künstler, die unglaublich begabt sind, Musiker, Grafikkünstler, Maler ... Schauspieler, die es nicht schaffen, von ihrer Kunst zu leben. Die müssen etwas anderes tun, damit sie tun können, was sie eigentlich lieben. Kennt ihr so Leute? Wahre Geschichte!

Ein enger Freund von mir, nicht weit von hier, er lebt in Los Angeles. Ein toller Musiker, ein toller Keyboard-Künstler. Er schrieb ... er hat das mehrmals gemacht. Es fiel ihm schwer, von seiner Musik zu leben. Er hatte das beste Musikstück geschrieben, das ich in dem Jahr gehört habe. Und er sagte: »Ich bin im Studio, ich arbeite dran. Ich veröffentliche es, wenn es fertig ist.« Er hat den Punkt nie erreicht, an dem er glaubte, dass er es veröffentlichen kann. Es war nie gut genug. Es wurde nie fertig. Er ging also ins Studio, arbeitete dran, bis ihm das Geld ausging. Dann arbeitete er als Kellner, sparte sechs Monate, ging wieder ins Studio, arbeitete weiter, bis ihm das Geld ausging.

Eines Tages kam ich nach Los Angeles, um einen Vortrag zu halten. Er holte mich vom Flughafen ab. Wir fuhren die 101 entlang. Und das ist wirklich passiert. Er machte das Radio an ... Und ratet mal, was da lief? Der großartige Song, an dem er nun seit 3 Jahren arbeitete, die Melodie war im Radio. Und er sagte, das ist mein Song! Ich sagte: »Das war mal Dein Song.« Das Universum hat Dir auf die Schulter geklopft und Dir ein Geschenk gegeben und Dich gebeten, es mit der Welt zu teilen, und Du hast die Welt nie für bereit dazu gehalten. Doch in dem Augenblick, da Du die Melodie bekommen hast, ist es da, dann ist es im Feld. Und wenn Du es nicht benutzt und mit

der Welt teilst, dann tut das jemand anders. Es war ein anderer Text, ein anderer Song. Die gleiche Melodie, seine Melodie. Mit anderem Text. Und ich habe ähnliches mit Autoren erlebt. Und die haben einen Titel für ein Buch oder eine Idee für ein Buch und die glauben, die Welt ist noch nicht bereit dafür. Also legen sie es auf Eis. Was sie aber wirklich sagen, ist, dass sie selbst nicht soweit sind. Sechs Monate später kommt ein Buch raus. Und dann rufen sie: »Aber das war meine Idee!« Dann muss ich meinen Autorenfreunden sagen: »Es war Deine Idee.«

Das Universum hat Dir ein Geschenk gemacht. Und ich sage es euch, und wer immer dem Kurs zuschaut, ich sage es euch allen. Wenn euch das Universum mit einem kreativen Geschenk auf die Schulter tippt, ist das der Moment. Genau dann. Und Du bist es, der das Geschenk bekommt. Und sobald es in dem Feld verankert ist, ist es da. Und wenn Du es nicht nutzt, wird es jemand anderes tun. Das passiert immer. Jetzt wissen wir, warum. Denn da sind andere Menschen, die etwas erschaffen wollen. »Ich will einen neuen Song, ein neues Buch, und ihnen wachsen die neuronalen Netze und plötzlich macht es »Boom!« »Das ist eine coole Melodie! Wo kam das denn jetzt her?« »Tja, jetzt ist es meine.« Das ist genau das ... Ihr wisst, was ich sagen will. [Gelächter] Ich mache Channeling für die Neuronen! [Gelächter] Nun will ich euch Folgendes erzählen. I

ch gehe nun einen Schritt weiter. Wenn wir eine Erinnerung an etwas haben, das uns verletzt, jemand, der unser Vertrauen missbraucht hat. Jemand, der eine Vertraulichkeit verletzt oder eine Vereinbarung gebrochen hat. Etwas, das ihr verloren habt, das euch wahnsinnig schmerzt, auch das entsteht dadurch, dass Neuronen miteinander verbunden sind. Und interessant ist – es ist wert, dass man es mehrmals sagt ... Wenn wir wollen, dass diese Erinnerungen uns nicht mehr weh tun, müssen wir einen Prozess durchlaufen, bei dem wir das Netzwerk aufbrechen. Man nennt das »Neural Pruning«, Beschneiden, wie bei einem Baum. Auf Deutsch »Synapseneliminierung«.

Was wir aber tun, und sagt mir, ob ich da richtig liege, wenn wir solche Erfahrungen machen, habt ihr gemerkt, dass wir dazu neigen, sie uns vor unserem Geist immer wieder aufzurufen? Wie gemein jemand war, oder wie grausam ... Wie konnte er oder sie das nur tun? Soldaten machen das, wenn sie sich alles in Erinnerung rufen. Die Bombe, die unter ihrem Humvee explodiert ist. Jedes Mal, wenn man es wieder aufruft, sagt mir, was ihr da macht. Was stärkt ihr? Ihr stärkt das neuronale Netz. Je mehr ihr es nutzt, desto stärker wird es. Deshalb funktioniert Übung bei der Gitarre, beim Sprachenlernen.

Habt ihr die Verbindung geschaffen damit diese Verbindung erhalten bleibt, muss man sie stärken. Das geschieht durch Wiederholung. Daher ist eine der Methoden, die Verletzungen im Leben zu heilen, das Ersetzen eines Netzwerks durch ein anderes ist, so dass wir uns nicht mehr auf diese Erfahrung konzentrieren. Im Verlauf des Kurses werden wir werdet ihr die Werkzeuge lernen, um das zu tun. Und ich werde mich dann wieder hierauf beziehen, damit ihr wisst, wovon ich rede. Das ist es, wo alles zusammenkommt. Ich werde euch jetzt eine Collage mit Clips zeigen und währenddessen ein bisschen erzählen. Was ihr hier also seht, ist ein Teil eines neuronalen Netzwerks. Die dunklen Punkte sind die Neuronen, die kleinen Fäden sind die Neuriten. Sie sind hervorgehoben. Schaut euch die an, die hervorgehoben sind. Wie ihr seht, suchen sie. Sie wollen eine Verbindung eingehen. Sie wollen sich mit einem anderen Neurit verbinden.

Das eine, das gerade hervorgehoben ist. Seht ihr das? Boom! Dort, wo der rote Pfeil ist. Diese beiden Neuriten, haben sich gerade verbunden. Das ist ein Gedanke. Wie ihr aber seht, ziehen sie sich danach wieder zurück, weil es sich um einen vergehenden Gedanken handelte, der nicht zu einer Erinnerung stabilisiert wurde. Schauen wir uns den Clip erneut an, damit ihr es sehen könnt. Wir sind daran nicht gewöhnt, es braucht daher einen Moment, sich zu konzentrieren, um sich zu orientieren, was man hier genau sieht. Die Neuriten, die dünnen Fäden ... was wir da gerade beobachten, das ist in

Echtzeit. Wir sehen, wie diese Neuriten sich dort beim roten Pfeil verbinden. Das ist ein Gedanke, der gerade aufgetaucht ist. Wäre er geblieben, wäre er eine Erinnerung geworden. Weil sie sich aber zurückzogen, war es nur ein flüchtiger Gedanke. Hier das gleiche aus einer anderen Perspektive. Wenn die Verbindungen also stabilisiert werden, dann bleibt etwas bei uns. Wenn die Verbindungen aufgebrochen werden und die Neuriten sich zurückziehen und sich nach anderen Verbindungen umsehen, ist der Moment, da unsere Erinnerungen verblassen. Und die Technik, die wir in diesem Kurs lernen, wird uns dabei helfen, einen Fokus auf andere Erinnerungen zu entwickeln, so dass wir nicht wieder und wieder jene Erinnerungen verstärken, die wir am wenigsten ausgewählt haben, bei uns zu bleiben, die wir am wenigsten behalten möchten. Ist es nicht faszinierend, das zu sehen?

Ihr habt gerade gesehen, wie eine Erinnerung entstand. Keine Ahnung, welche. Aber so geschieht das. Das ist es, was ihr heute macht. Wenn ich hier heute irgendwas zu euch gesagt habe, das neu war oder euer Denken ein bisschen verändert hat, dann erstellt euer Körper gerade in diesem Augenblick ein neues neuronales Netzwerk. Und plötzlich seht ihr diese Perspektive überall. Im History Channel oder in einem Buch. Ihr erinnert euch, dass wir darüber gesprochen haben, weil es Teil eures Bewusstseins geworden ist. Ihr erstellt diese Verbindung. Das ist wichtig, weil das Gehirn im Herzen und im Schädel – zwei unterschiedliche Organe – sie wirken zusammen, sie kommunizieren mit dem Körper und sie kommunizieren über den Körper hinaus.



# Kapitel 4:

Außergewöhnlich verdrahtet

## Lektion 4:

Herz Intelligenz

Die Intelligenz des Herzens Es gibt also etwas, das wir Herzintelligenz nennen. Und ich liebe diesen Begriff. Frauen sind normalerweise offener dafür als Männer. Da Frauen historisch gesehen immer intuitiver waren. Es gibt immer Ausnahmen. Und ich sage nicht, dass allen Männern diese Fähigkeit fehlt. Aber typischerweise ist es für Frauen etwas leichter, so etwas zu machen. Aber Herzintelligenz ... Wenn wir von Herzintelligenz sprechen, stellt sich die Frage, weshalb man mit seinem Herzen statt mit seinem Gehirn denken sollte. Einer der Gründe ist dies: Euer Herz denkt Bumm-Bumm-Bumm. Es ist wirklich schnell.

Kann mir jemand sagen, weshalb das so sein könnte? Warum würde das Herz schneller denken als das Gehirn? Wenn ihr ganz schnell eine Entscheidung treffen müsst, warum sollte das Herz schneller sein als euer Gehirn? Weiß das jemand? Weil es schnell schlägt? Möglicherweise ... Nonverbal ... Genau. Weil euer Herz nicht durch den Loop und die Filter von vorgefassten Ideen muss, all eure Ängste, eure Urteile, eure Vorurteile ... euer Selbstwertgefühl ... »Wenn ich rübergehe und denen hallo sage, mögen die mich oder nicht?« »Halten die mich für seltsam, weil ich hallo sage, ohne sie zu kennen?« Das ist gerade im Aufzug auf dem Weg nach unten passiert. Ein paar Minuten her. Ich konnte sehen, wie jemand große Schwierigkeiten hatte, mit den anderen in Kontakt zu treten und ob die darauf reagieren sollten oder nicht. Das ist in eurem Gehirn. Das ist Logik.

Euer Herz weiß von all dem nichts. Bumm Bumm Bumm. Euer Herz weiß die Antwort sofort. Wenn ihr etwas macht, habt ihr durch die Verbindung zwischen Herz und Gehirn eine Hotline zu eurem Unterbewusstsein. Eine Hotline. Warum sollte man das haben wollen? Macht jemand von euch Affirmationen? Wenn ihr Affirmationen macht, und die Affirmation wirken soll, muss man mit seinem Unterbewusstsein kommunizieren. Und zwar in einer Sprache, die euer Unterbewusstsein versteht. Das ist wichtig. Ich gebe euch ein Beispiel. Ich nehme eins, das mir gerade in den Sinn kommt. Als meine

Familie zerfiel, mein Vater verließ uns, ich begann sehr früh zu arbeiten. Ich habe über mein Alter gelogen, damit ich in einer Fabrik arbeiten konnte. Und ich arbeitete die High School hindurch in einer Kupferhütte. Meine Schicht war 16 bis 4 Uhr morgens. Eine 12-Stunden-Schicht, bei Gewerkschaftsgehalt. Gutes Geld. Ich kaufte einen 1969 Pontiac GTO. Um zwischen meinem Job in der Kupferhütte und zuhause hin und her zu fahren. Der Wagen verfügte über einen wunderbaren 8-Spur-Kassettenspieler. Ich liebte meine 8-Spur-Kassetten. Eine meiner Lieblingsaktivitäten, ich liebte es, in die Nachtluft herauszutreten am Ende meiner Schicht um vier Uhr morgens. Ich trat ins Freie und atmete die frische Luft im warmen Sommer Missouris, ich ließ den GTO an und der heulte laut auf.

Erinnert ihr euch an die Muscle Cars? Und ich legte meine Kassette ein und hörte Deep Purple »Smoke on the Water«. Bis ich zuhause war. Ich frage euch was. Es gibt einen Grund, weshalb ich das erzähle. Und das ist wahr. Ich habe das geliebt. Ich träume noch heute von meinem GTO. Vielleicht sollte ich mal untersuchen lassen, was das bedeutet. Es ist einfach ein so schönes Auto. Also hier meine Frage. 8-Spur-Kassette, Smoke on the Water, wenn ich dem Song müde war, und ich meinem Abspielgerät sage: »Spiel Song Nummer Zwei, bitte. « Was macht mein 8-Spur-Kassettenspieler dann? Überhaupt gar nichts. Darum geht es. Denn ich spreche, zu dem Gerät in einer Sprache, das es nicht erkennt.

Was passiert, wenn ich es lauter oder mehrmals sage? Nichts. Nichts wird passieren, bis ich mich bücke und den Knopf Nummer 2 drücke. Das Gleiche gilt für unser Unterbewusstsein. Du kannst mit den besten Absichten Worte sprechen, Du kannst sagen, was Du in Deinem Leben präsent haben möchtest. Als ich als Ingenieur gearbeitet habe, hatte ich einen Freund, das war in Denver und die Luft war so schlecht, dass wir nicht mit unseren Autos fahren durften, da die zu der sogenannten braunen Wolke über Denver beitrugen. Wir durften nur fahren, wenn die letzte Zahl auf unserem Kennzei-

chen gerade ungerade oder was auch immer festgelegt war. Eines Tages durfte ich nicht fahren, musste aber zur Arbeit, fuhr es also nur ein bisschen. Bis zum Haus meines Freundes, der fahren durfte, da sein Schild zugelassen war. Und er fuhr uns zur Arbeit. Sein Name war John. Und John war Single, Ingenieur. Und ich war etwas zu früh und fragte ihn, ob ich sein Bad benutzen dürfe. Und er sagte ja. Also ging ich in sein Bad. Und er hatte Affirmationen überall auf seinem Spiegel. Lauter Notizzettel: Mein perfekter Partner taucht jetzt auf. Mein perfekter Partner taucht jetzt auf. Ich stieg in seinen Wagen und auch da waren sie überall. Sie waren auf der Armatur, am Rückspiegel, in seinem Büro.

Ich wusste, wie sein Büro aussah, sie waren an seinem Computer an der Wand. Mein perfekter Partner taucht jetzt auf. Ich frage ihn: John, sagst Du Dir das jeden Tag? Er sagte: Ja. Ich sage das jeden Tag millionenfach. Ich fragte ihn: Und funktionieren Sie für Dich. Und er: Nein ... [Gelächter] Er sagt: Diese Dinge funktionieren nicht. Und ich frag ihn: »Warum funktionieren die nicht?« Und er darauf: »Schau mich an! « Er sagt: »Wer würde mich wollen? Ich bin ein Ingenieur!« Er sagte: »Ich trage die gleiche Kleidung an drei Tagen die Woche. « Er sagte: »Letzte Nacht ging ich nach der Arbeit Bier trinken, ich habe noch die gleiche Krawatte wie gestern an.

Die ist in mein Bier gefallen. « »Schau Dir an, wie steif meine Krawatte ist!« Seine Krawatte war voller getrocknetem Bier. Er sagte: »Wer würde mich je wollen?« Das ist es genau. Er kann die Affirmationen aufsagen, bis er blau anläuft, aber selbst er glaubte nicht dran. Wir müssen mit dem Unterbewusstsein kommunizieren und zwar in einer Sprache, die das Unterbewusstsein versteht. Und das ist das, was wir heute hier lernen, wie wir mit diesem neuronalen Komplex Herz-Gehirn kommunizieren. Wenn wir den Komplex aktivieren, ist das eine Hotline zum Unterbewusstsein. Nach Belieben. On demand. Ihr müsst nicht darauf warten, damit es spontan eintritt. Es steht euch zur Verfügung. Es ist ein Leitkörper, wenn wir die Herzintelligenz

aktivieren, es ist ein Leitkörper zu tiefen Intuitionszuständen. Wir haben alle unsere Erfahrungen. Ich habe jeden Sonntag mit meiner Ma gesprochen. Von wo auch immer ich gerade war. Ich habe mich auf Sonntag gefreut. Ich nahm den Hörer in die Hand und rief sie an. Es geschah nicht immer, aber es kam oft vor, ich nahm den Hörer, um sie anzurufen, und sie war bereits dran. Ist euch das schon mal passiert? Genau. Wenn ich auch nur eine Nanosekunde früher oder später angerufen hätte, wäre das nicht passiert. Dass ich den Hörer hoch nehme, in dem Augenblick da sie ihr Telefon hochgenommen und meine Nummer gewählt hatte, da muss es eine Kommunikation zwischen uns gegeben haben.

Irgendwo, auf irgendeiner Ebene. Was war geschehen? Wie passierte das? Ich nahm den Hörer ab, und es geschah eines von zwei Dingen: Ich nahm entweder den Hörer hoch, und es wäre besetzt, also lege ich auf und rufe wieder an. Und Ma sagte: »Gregg, ich habe Dich gerade angerufen.« Und ich: »Ich weiß, bei Dir war besetzt, also habe ich nochmal angerufen. Oder ich nahm den Hörer ab, und sie sagt: »Gregg?« Und ich: »Ja.« Darauf sie: »Das Telefon hat nicht geklingelt.« Da sage ich: »Das weiß ich.« Und sie machte dann einen Scherz. »Siehst Du, wie gut unsere übersinnliche Wahrnehmung ist? Das sagte sie dauernd. »Wir haben übersinnliche Wahrnehmung.« Aber sie hat immer geflüstert. »Wir haben übersinnliche Wahrnehmung.« Sie tat so, als solle es niemand erfahren.

Sowas machte sie auch, wenn wir essen gingen. Sie nahm mich mit zum Essen, zum Village In oder Danny's. Sie bestellte, weil sie mich einladen wollte, was toll war, und dann rief sie den Kellner rüber und flüsterte: »Er ist Vegetarier.« Er ist Vegetarier. Das war damals nicht sehr populär. Ich bin es immer schon gewesen. Und sie muss dem Service das mitteilen. Die Intelligenz des Herzens also. Schaut, das ist ein Auslöser für über 13.000 biochemische Reaktionen in eurem Körper. Anti-Aging-Hormone nehmen massiv zu, wenn wir die Dinge tun, die wir nun gleich tun werden. Unser Immun-

system, Gesundheit der Herzgefäße und so weiter. Ich konnte nicht alle 1500 dort auflisten. Und es ist die Sprache, die zu dem Feld spricht, das alle Dinge mit der göttlichen Matrix verbindet. Und es ist so, dass wenn wir die Verbindung zwischen Gehirn und Herz aktivieren, unsere Herzintelligenz, dass das auch der Schlüssel für Resilienz ist. Das war der Ausgangspunkt zu Beginn des Kurses. All diese Dinge erreicht man durch eine einzige Sache. Und das ist: unser Gehirn und unser Herz absichtlich miteinander zu verbinden. Was ich damit meine? Lasst mich euch ein paar Beispiele geben. Ich habe schon erwähnt, dass die Intelligenz des Herzens wirklich sehr schnell ist. Ich gebe euch ein Beispiel. Männer, die gerade zuhören, hört mal kurz weg. Ladys, das ist für euch.

Es ist ein echtes Forschungsprojekt, das stattgefunden hat. Ladys, wisst ihr, wie mächtig 180 Sekunden in eurem Leben sein können? Es sind drei Minuten. Wisst ihr, wie mächtig drei Sekunden in eurem Leben sein können? Also Frauen, die Wissenschaft hat herausgefunden, dass Frauen im Allgemeinen innerhalb von 180 Sekunden wissen, ob die Person, die vor ihnen steht, ein potentiell erfolgreicher, Lebenspartner sein kann. Ihr wisst innerhalb von 3 Minuten, in 180 Sekunden, also euer Herz wird es wissen, ihr könnt das aber natürlich mit eurem Gehirn überschreiben.

Und euer Gehirn kann allerlei Entschuldigungen hervorbringen, es sagt: Nun, vielleicht hat er keinen Job und er ist vielleicht auch das nicht, aber ich kann das reparieren. Und dann gibst Du jemanden, und dann gibst Du jemandem 5, 15, 20 Jahre Deines Lebens, um zu beweisen, was Dein Gehirn wollte, wenn Dein Herz es in 180 Sekunden wusste, was Dir eine Menge Kopfweh und Mühen hätte ersparen können. Die Herzintelligenz. Ihr wisst das sofort, Ladys. Habe ich recht? [Publikum: Ja!] Ladys, hört mal weg! [Gelächter] Männer, ich muss euch sagen, die Studie hat andere Ergebnisse für uns. Ihr sollt gar nicht zuhören, Ladys. Die Studie ist für uns ein bisschen anders – die gleiche Studie besagt, dass wir nicht genauso funktionieren. Habt ihr

gewusst, dass Männer und Frauen unterschiedlich denken? Hier also das Ergebnis der Studie. Bei Männern funktioniert es nicht genauso, weil jede Person, die uns begegnet, ist ein potentieller Lebenspartner, zumindest für die drei Minuten der Studie. Das hat die Studie herausgefunden. Okay, ich weiß nicht, wie ich euch das sanft sagen soll, aber für uns funktioniert das nicht genauso. Der Punkt ist, dass unser Herz es recht schnell weiß. Und ich habe die Techniken benutzt, die ich euch zeigen werde.

Ich habe sie für meine herzbasierten Entscheidungen genutzt. Ich war schon oft in engen Situationen und musste sehr schnell eine Entscheidung treffen. Bei 9/11 war ich in dem ersten Flugzeug, das aus Australien abflog, als der Flugbetrieb wieder aufgenommen wurde. Da saß ich im ersten Flugzeug, das wieder in die USA flog. Das war eine sehr bizarre Zeit. Denn als es so weit war, haben die Ticketleute, – es waren nur ein paar Leute auf dem Flug – Das Boarding war nicht mal in Gruppen.

Die sagten: »Okay, das Flugzeug ist bereit zum Boarden.« »Sie können nun einsteigen. Wenn Sie wollen.« Und ich fragte sie: »Was meinen Sie?« Und Sie: »Nun, wir wissen nicht, was passiert. Wenn Sie es für sicher halten, steigen Sie ein.« [Gelächter] Es geht nichts über etwas Ermutigung, nicht wahr? Das Selbstvertrauen, das diese Airline ausstrahlte ... Und ich sagte: »Habe ich einen Augenblick Zeit?« Und sie meinte: »Klar.«

Also ging ich um die Ecke und durchlief einen Prozess den ich mit euch teilen werde. Denn mein Verstand drehte sich. Mein Herz aber ... Ich tauchte in meine Herzintelligenz und wusste, dass es für mich sicher war. Mein Herz fühlte, dass es sicher war. Ich musste nicht erst ... Dein Herz wird niemals mit einer Präambel voller Paragraphen zu Dir sprechen oder eine Antwort rechtfertigen.



Darum ist es so schnell. Bumm: Ja, nein. Oft wird euer Herz antworten ... und wir werden diese Erfahrungen durch einige der Strategien machen, die ihr in diesem Kurs kennenlernt. Ich lege also jetzt die Grundlage, auf die wir uns beziehen können. Oft wird euer Herz antworten, bevor ihr die Frage in eurem Geist formuliert habt, weil die Frage nicht verbal gestellt wird. Es ist eine Energie.

# Kapitel 4:

Außergewöhnlich verdrahtet

## Lektion 5:

Erstellen einer Gehirn-Herz-Verbindung

Eine Verbindung zwischen Herz und Gehirn herstellen Tiefe Intuitionszustände. Lasst mich euch etwas zeigen. Das ist eine Laborstudie, die ausgeführt wurde. Das sind die Gehirnwellen einer Person. Unterschiedliche Spektren der Gehirnwellen einer Person. Und schaut euch das an. Ich gehe durch meinen Tag. Tammtitamm. Mache, was ich so an meinen Tagen tue. Und plötzlich ist da ... etwas ... Bumm! Etwas zog die Aufmerksamkeit des Gehirns auf sich. Es war so mächtig, dass, was auch immer es war, auf all den unterschiedlichen Frequenzen, auf all den unterschiedlichen Spektren auftauchte.

Das ist die Pulswelle. Es zeigte sich sogar dort. Etwas hat die Aufmerksamkeit des Gehirns der Person erregt, und da es im Labor stattfand, waren die Wissenschaftler in der Lage zu sagen, was das war. Und schaut euch das an. Und vielleicht überrascht es euch, es war der Herzschlag der Person. Dies nennt man Q ... R ist der Höhepunkt ... S-Komplex. R ist die Spitze des Ausschlags. Und das ist wichtig, darüber sprechen wir im Verlauf des Kurses. Das ist ein einzelner Herzschlag, der QRS-Komplex. Schaut euch die R-Welle an. Die R-Welle ist perfekt übereinstimmend mit dem Gehirnzustand hier. Was bedeutet das? Dies, wenn es geschieht, ist das. Wenn das eintritt, diese Verbindung ... dann sieht das so aus. Das ist jemand, der eine Herz-Gehirn-Verbindung erstellt. Etwas, das wir heute lernen werden. Wir lernen die Techniken, das zu tun.

Das ist es, was man erreichen will, wenn man sein Unterbewusstsein kontaktieren will. Bevor ihr eine Affirmation macht, müsst ihr in diesem Gebiet sein. Ihr wollt euer Herz und euer Gehirn kommunizieren lassen. Ergibt es Sinn, wenn ich es so sage? Das ist, was geschieht, wenn ihr eure Affirmationen macht, das geschieht, wenn ihr diese tiefen Intuitionszustände habt. Plötzlich öffnet sich das Universum, es gibt helles Licht und ihr wisst die Antwort auf jede Frage, zu jeder Sache, die ihr überhaupt je fragen könntet. Es ist alles da, und ihr habt es und dann verschwindet es plötzlich. Kennt ihr

das? Spontane Intuition. Wie erschafft ihr sowas gesteuert, willentlich, absichtlich. Das ist das Geheimnis der mystischen Zustände der Nonnen und Mönche, die ich kennengelernt habe, der Schamanen, die ich getroffen habe. Ich glaube im Englischen ist der Plural wie der Singular. Die ich kennengelernt habe. Frauen wie Männer. Auch indigene Heiler. Die haben gelernt, das nach Belieben zu tun, statt nur dann, wenn das Universum ihnen Gelegenheit gibt, es zu tun. So sehen die Neuronen aus, in eurem Gehirn und in eurem Herzen. An einem normalen Tag, an dem sie nicht auf diese Verbindung ausgerichtet sind. Die feuern zufällig.

Das ist lebendiges Gewebe. Seht ihr? Die feuern einfach zufällig ... Okay, ich möchte dem etwas gegenüberstellen. Versteht ihr, was ich hier meine, wenn ich zufällig Feuern sage? Der nächste Clip, den ich euch zeige, ist ein seltener Anblick. Ich habe das bisher nur ... Das kommt von japanischen Forschern. Das ist ein Gehirn, das nicht zufällig feuert. Dies ist ein Gehirn, das eine Herz- Gehirn-Verbindung hat. Man nennt es Kohärenz. Und ihr seht dort auf beiden Hälften des Gehirns, dass alles simultan aufleuchtet. Was würde passieren, wenn die alle zugleich aufleuchten? Das ist die Kraft dieser Verbindung. Ich zeige euch jetzt, wie das aussieht. Okay, zufälliges Feuern ... Der Alltag läuft ... Schaut euch an, was geschieht. Plötzlich kommt ein Stimulans, und schaut euch das an. Schaut, schaut. Da kommt es. Da ... Es leuchtet alles auf und kommt dann wieder. Ich lasse den Clip laufen. Da passiert es nicht. Und dann plötzlich: Bumm! Schaut! Okay? Das ist das vereinigte Feuern vieler Neuronen zugleich. Wenn das geschieht, dann wird die Verbindung erstellt. Darauf sind wir hier aus. Wie können wir das erreichen?

Das verbinde ich jetzt mit dem, was an dem Institute of Heart Math gemacht wird. Ich möchte das deutlich sagen. Ich bin kein Mitarbeiter des Instituts. Ich arbeite mit dem Institut fast seit seiner Gründung in den 90ern zusammen. Ich kenne die professionell und bin stolz sagen zu können, dass sie jetzt meine Freunde sind. Und ich bin mit einigen der VPs von Heart Math

auf Tour gewesen, und über einige der anderen Projekte spreche ich später im Kurs auch noch. Der Grund, weshalb ich das erzähle, ist, dass die mir als unabhängiger Autor erlaubt haben, ihre Arbeit in einer Art vorzustellen, die sie selbst nicht wählen. Die sind wirklich sehr streng über wissenschaftliche Gepflogenheiten und wenn die diese Arbeit in die Unternehmen tragen, in große Unternehmen wie IBM oder Exxon oder Oracle, solche Firmen. Ich weiß nicht, ob diese dabei sind, aber diese Art Unternehmen. Sie gehen da meist unter der Überschrift von Stressreduktion und Produktivität hinein. Und das machen die. Die erreichen das. Und sie tun das, indem sie die Menschen zu ihren Herzen führen. Die machen das nicht aus einem spirituellen Gesichtspunkt. Ich biete das eher aus spiritueller Perspektive, die sind damit einverstanden, es passt nur nicht, wenn man das in Unternehmen präsentiert.

Ich will nur sagen, dass ich das mit deren Erlaubnis mit euch teile. Was uns Heart Math sagt, ist, dass es Kommunikation gibt, ein Gespräch, das jeden Tag stattfindet, genau jetzt. Zwischen eurem Herz und eurem Gehirn. Okay? Es passiert jeden Augenblick an jedem Tag. Die Frage ist, ob ihr wisst, was euer Herz eurem Gehirn mitteilt. Wisst ihr, was euer Gehirn eurem Herzen antwortet? Dieses Gespräch, die Qualität dieser Energie zwischen dem Herzen und dem Gehirn. Es ist ein elektrisches Signal. Und die Qualität dieses Gesprächs wird durch die Qualität der Emotionen beeinflusst, die ihr in eurem Herzen habt.

Lasst mich das nochmal sagen. Die Qualität des Gesprächs zwischen Gehirn und Herz wird durch die Qualität der Emotionen, die ihr in eurem Herzen habt, beeinflusst. Damit meine ich Folgendes: Das ist eine echte Messung durch eine Technologie, die wir gleich sehen werden, die bei dem vorgenommen wurde, was wir Wut nennen, Hass, Eifersucht, Zorn, Frustration. Typischerweise negative Emotionen, auch wenn ich das Label nicht mag. Nur damit euch klar ist, was hier vorgeht. Seht ihr, wie das ein recht raues,

zackiges Signal ist, das vom Herzen zum Gehirn gesendet wird, und das Gehirn schüttet eine Chemie aus, das zu diesem Signal passt. Man nennt es Stress. Chemie. Kampf oder Flucht. Wenn ihr also ein solches Signal an euer Gehirn sendet, dann schüttet euer Gehirn hohe Level an Stresshormonen aus. Hohe Level an Adrenalin, hohe Level an Cortisol, andere Stresshormone. Das ist eine gute Sache, wenn es kurz auftritt, für sehr spezielle Umstände, und dann soll es aufhören. So will man nicht leben. Das tun aber sehr viele. Und während sie ihr Leben so führen, zahlen sie einen Preis dafür. Wenn euer Körper Stresshormone sendet ... Wenn euer Gehirn Stresshormone in euren Körper schickt, kann es währenddessen keine Anti-Aging-Hormone senden, kann es währenddessen das Immunsystem nicht stärken, alles das kann es nicht tun. Es muss Prioritäten führen.

Der Stress wird also eine Priorität und der Rest muss warten. 20 Minuten pro Tag ist das kein Problem. Wenn man so aber lebt, Stunde um Stunde, Tag um Tag, bei manchen Jahr um Jahr, dann fordert das seinen Tribut. Man sieht älter aus, als man ist. Man wird empfänglicher für Infektionen und Krankheiten und ähnliche Dinge. Das ergibt ziemlich viel Sinn. Schaut, wie leicht das zu verändern ist, wenn Gefühle wie Anerkennung vorhanden sind. Fürsorge, Dankbarkeit, Mitgefühl. Schaut euch an, wie sich das Signal verändert. Es wird ein harmonisches, ausbalanciertes Signal. Dieses Gespräch zwischen Herz und Gehirn, ihr schaut euch direkt das Gespräch an. Wenn ihr Emotionen schafft, die so aussehen, dann signalisiert das eurem Gehirn, dazu passende chemische Prozesse auszulösen. Es braucht dann keine Stresshormone.

Also können die Anti-Aging-Hormone freigesetzt werden. Und hohe Level an Dingen, die euer Immunsystem stärken. Die IgA-Level in eurem Mund nehmen immens zu, wenn ihr diese Art Erfahrung zwischen Gehirn und Herzen habt. Die Frage lautet also, wie wir so etwas herstellen, die Kohärenz genannt werden, Herz-Gehirn-Kohärenz. Es ist ein elektrisches Signal, das

man messen kann. Wir werden das hier machen. Man kann diese sehr niedrige Frequenz messen, sie ist niedriger als 1 Hertz. Es ist weniger als 1 Hertz. Es ist 0,1 Hertz. Das ist eine sehr niedrige Frequenz, die man nicht mal hören kann. Man kann es nicht hören. Es ist die Frequenz, in der Wale kommunizieren. Es ist auch die Frequenz, mit der militärische U-Boote kommunizieren, aus dem gleichen Grund, da Wale es tun. Was denen bisweilen Schwierigkeiten macht. Weil sie auf der gleichen, rivalisierenden Frequenz kommunizieren. 0,1 Hertz.

Wenn ihr in eurem Herzen ein Gefühl schaffen könnt, das ein Signal von 0,1 Hertz an euer Gehirn sendet. Dann habt ihr eine optimale Kohärenz zwischen eurem Herz und eurem Gehirn. Warum sollte man das wollen? Falls es irgendwelche Zweifel gibt, hier ist der Grund, weshalb. Je mehr Kohärenz ihr zwischen Gehirn und Herzen herstellt, desto optimaler wird die Kommunikation zwischen eurem Herz und dem Gehirn. Je mehr Kohärenz, desto besser die Intuition. Das ist der Zustand, den ihr wollt, um die tiefen Intuitionszustände zu erreichen. Je mehr Kohärenz ihr habt, desto besser wird euer Immunsystem.

Je mehr Kohärenz ihr habt, desto besser funktionieren die mehr als 13.000 biochemischen Prozesse in eurem Körper. Ihr versteht, worum es geht ... Plötzlich öffnet ihr mit dieser einen Sache die Tür zu vielen Dingen. Von optimaler Gesundheit bis hin zu tiefen Zuständen, mystische Zustände, Zustände, die wir in der Vergangenheit für mystisch gehalten haben. Oder auch übersinnliche Wahrnehmung, außergewöhnliche Erfahrungszustände. Wie wir das erreichen, ist täuschend einfach. Und ich möchte euch zeigen, was ich verstanden habe. Wissen von den indigenen Menschen, wie wir diese Dinge realisieren.



# Kapitel 4:

Außergewöhnlich verdrahtet

## Lektion 6:

Optimieren der Verbindung

Deine Verbindung optimieren Der erste Schritt zur Einrichtung der optimalen Kommunikation zwischen unserem Herzen und unserem Gehirn. Das ist täuschend einfach. Es geht darum, eure Aufmerksamkeit auf euer Herz zu richten. Wenn ich euch einlade, eure Aufmerksamkeit, wie wisst ihr dann, dass ihr es wirklich getan habt. Viele Menschen im Westen sind völlig daran gewöhnt, mit dem Verstand zu denken und zu erschaffen. In unserem Verstand denken wir, wie es wohl wäre, in unserem Herzen zu sein, wobei wir noch in unserem Verstand darüber nachdenken.

Wenn ich also meine indigenen Freunde befrage, wie sie das machen – denn wir sind ja alle Teil der gleichen Menschheit, haben alle die gleichen Tendenzen – Wie macht ihr das genau? Und das ist es, was sie sagten. Ich teile das mit euch. Das Institute of Heart Math spricht nicht darüber. Ich teile das mit euch als eine Möglichkeit, etwas, das ihr für diese Erfahrungen tun könnt. Was unsere indigenen Freunde herausgefunden haben, ist das Folgende: Wenn ihr das Zentrum eures Herzens berühren könnt, auf eine Weise, die für euch angenehm ist, dann wird eure Aufmerksamkeit immer dahin gehen, wo ihr die Berührung spürt. Wer Buddhist ist, der kennt das. Denn ein Buddhist wird ein Mudra-Gebet machen. So etwa. Der Handrücken passt sich so in die Auslassung in der Brust.

Und dieser leichte Druck, ich habe Tibeter beobachtet, die 12, 13, 14, 15, 16 Stunden am Tag im Gebet bleiben, und dieser sanfte Druck ruft ihre Aufmerksamkeit immer wieder auf den Punkt zurück. Ich schlage nicht vor, dass ihr das machen sollt. Ich sage nur, dass das eine Möglichkeit ist. Meine Freunde aus Yucatan, – die Tradition der Maya – legen eine offene Hand, auf ihr Herz. Das Selbe machen meine Freunde aus dem Mittleren Osten. Und sie haben ein Wort, das sie dazu sprechen. Das Wort ist von Tradition zu Tradition unterschiedlich. Aber der Schlüssel ist, dass sie ihr Herz berühren, wenn sie es tun. In der frühchristlichen Tradition hat man das hier gemacht. Warum? Weil sie die Aufmerksamkeit auf ihr Herz richteten. Manche neh-

men nur einen Zeigefinger oder die ersten beiden der Hand und berühren das Zentrum ihres Herzens. So. Manchmal machen es Menschen nur einmal kurz. Und man fühlt das noch. Ich spüre es noch. Wenn man das macht, ist die Aufmerksamkeit da. Manche Leute ... Ich benutze oft einfach meinen Finger und halte ihn dort hin. In der Wirtschaft hat Heart Math herausgefunden, dass Frauen es oft als unangemessen empfinden, ihre Hände irgendwo in der Nähe ihre Brüste zu haben. Also sprechen die da nicht drüber. Wir sind aber kein Unternehmen, und ich sage euch, was ich während meiner Reisen von den Leuten, die ich getroffen habe, erfahren habe. Wenn das für euch passt, lade ich euch dazu ein, das zu machen.

Aber tut bitte nichts, womit ihr euch nicht wohlfühlt. Der erste Schritt ist es also, eure Aufmerksamkeit auf den Bereich eures Herzens zu lenken. Warum? Wenn ihr euch auf euer Herz konzentriert, sendet ihr ein mächtiges Signal an euren Körper. Und das Signal sagt »Ahh...« »Da ist etwas anders.« Okay? Es ist ein Wechsel. Denn normalerweise ist eure Aufmerksamkeit in der Welt, also dort wo sie auch hingehört. Wenn ihr das macht, richtet ihr eure Aufmerksamkeit nach innen. Das ist das erste Signal an euren Körper. Der zweite Schritt ist, ein bisschen anders zu atmen.

Fangt an, etwas langsamer als normal zu atmen. Vielleicht 5 Sekunden einatmen, 5 Sekunden ausatmen. Was am besten zu eurer Lungenkapazität passt. Ich lebe in großer Höhe, habe also eine höhere Lungenkapazität und atme daher tiefer ein. Bei mir dauert das etwas länger. Was immer also zu eurer Lungenkapazität passt. Atmet etwas langsamer als gewohnt. Tiefer als gewohnt. Und atmet so, als käme die Luft von dem Ort, an dem ihr das Gefühl spürt, das ihr geschaffen habt. Wozu ihr das machen sollt? Es ist das zweite Signal an euren Körper. Wenn ihr das hier macht, sagt ihr eurem Körper, dass ihr euch an einem sicheren Ort befindet und dass es okay ist, auf diese Weise zu atmen. Nur so atmet ihr langsamer, vielleicht 5 Sekunden einatmen, 5 Sekunden ausatmen. Konzentriert eure Aufmerksamkeit hier,

als wärt ihr in Sicherheit. Wenn ihr Angst oder Stress habt, würdet ihr das nicht machen. Wenn ihr das also bewusst tut, dann sendet ihr eurem Körper das Signal dass es okay ist, dass es sicher ist, loszulassen. Das hilft immens. Damit hat man noch keine Kohärenz. Das ist nur der Punkt, an dem ihr euer Herz erreicht, um die Kohärenz erreichen zu können. Schritt Nummer 2. Nun, da ihr in eurem Herzen seid, ist der Schlüssel Kohärenz herzustellen. Wie machen wir das? Lasst mich euch etwas zeigen. Das ist eine faszinierende Studie dazu, wie Energie in unterschiedlichen Formen von Emotionen konzentriert wird. Das hier ist Wut. Das ist die Erfahrung von Wut. Hier sind die Herzschläge pro Minute. Hier ist die Energie konzentriert. Schaut euch das an, die Energie, die Frequenz, von der wir gesprochen haben, erinnert ihr euch? 0,1 ist die optimale Kohärenz.

In der Gegenwart von Wut haben wir hier einen großen Ausschlag. Und dann ist es in etwa verteilt, von Minus 0,5 bis hier oben. Es verdünnt die Energie also, um die Wut zu spüren. Wenn wir entspannt sind, ist das ähnlich, dann ist es so, wie man annimmt: entspannt. Hier haben wir einen großen Ausschlag und hier sind wir relaxt, schaut, wir sind entspannt. Schaut euch all diese Energie an, sie ist überall verteilt, sie ist nirgendwo außer bei diesem großen Ausschlag fokussiert. Aber schaut euch das an! Wenn wir Wertschätzung, Dankbarkeit, Zuneigung, Mitgefühl spüren ... das sind die vier großen Worte, die die Wissenschaftler als optimal ausgemacht haben.

Es gibt einen großen Ausschlag, direkt bei 0,1, genau da. All eure Energie ist an diesem Ort fokussiert. Das ist hohe Kohärenz zwischen eurem Herzen und eurem Gehirn. Was ihr versuchen solltet, euer Ziel ist es also, eine Emotion zu schaffen, ein emotionales Erlebnis in eurem Herzen, das sich in diesen Ausschlag zwischen eurem Herzen und eurem Gehirn verwandelt. Ergibt es Sinn, wenn ich das so sage? Wie erreichen wir das? Immer über eure Emotionen. Schritt 2: Sobald ihr in eurem Herzen seid, unternimmt einen ernsthaften Versuch, so gut, es euch möglich ist, etwas zu fühlen, eine

Erfahrung zu machen. Ein regeneratives Gefühl zu spüren. Ein heilendes, positives Gefühl zu spüren. Und ich habe gerade die vier laut Forschern effektivsten erwähnt: Dankbarkeit, Fürsorge, Anerkennung, Mitgefühl. Und welches Wort ist kurioserweise nicht dabei? Liebe. Und ich habe die Forscher gefragt: Wie ist es mit Liebe? Sie sagten: Gregg, das ist interessant. Letztlich sind diese vier Wörter Facetten der Liebe. Sie fallen alle unter die Kategorie Liebe. Vermutlich nicht. Diese vier Wörter: Fürsorge, Dankbarkeit, Anerkennung und Mitgefühl. Letztlich fallen die alle unter die Kategorie Liebe. Es sind Formen der Liebe.

Aber das Wort Liebe selbst zu benutzen, dazu sagen sie: Liebe bedeutet für jeden Menschen etwas anderes, jeder hat seine eigene Wahrnehmung von Liebe. Und für manche ist es kein gutes Gefühl. Ihr wisst das für euch besser als andere: Wenn Liebe das richtige Wort für euch ist, dann ist es das, was ihr fühlen müsst, und wenn nicht, dann so gut wie euch möglich: Dankbarkeit für etwas. Mitgefühl, Fürsorge, Anerkennung für etwas. Und während ihr diese Erfahrungen macht, vom Punkt aus, auf den ihr eure Aufmerksamkeit richtet, das ist es, was die Kohärenz zwischen Herz und Gehirn herstellt. Das ist das Tor zu all den Möglichkeiten, die ich erwähnt habe.

# Kapitel 4:

Außergewöhnlich verdrahtet

## Lektion 7:

Kohärenz demonstrieren

Kohärenz zeigen Das Institute of Heart Math hat eine sehr ausgefeilte Technologie entwickelt, die sehr einfach aussieht, mit der wir nicht mehr raten müssen, ob wir in dem Zustand sind oder nicht. Ich habe das Gerät mitgebracht. Software, die für mich auf einem Mac installiert wurde, gibt es aber auch für den PC. Die haben herausgefunden, dass, wenn es möglich ist, entweder die Herzfrequenzvariabilität, kurz HFV, oder Pulswellenlaufzeit oder die Atmung messen können, wenn wir eine der drei physiologischen Erfahrungen messen können, dann korrelieren diese mit der Kohärenz zwischen Herz und Gehirn.

Es ist also keine direkte Messung. Sie korrelieren. Wir haben auf dem Computer eine Software, wir haben eine LED-Diode, die man an dem Finger, in diesem Fall am Ohrläppchen befestigt, und dies wird die Herzfrequenzvariabilität messen. Das wird uns dabei helfen, diese Erfahrung zu machen. Wir haben die Bühne etwas umarrangiert, damit wir das demonstrieren können und ihr eine Erfahrung machen könnt, und wir werden das vor Kursende ein paar Mal machen, aber die erste Erfahrung geht darum, wie es sich anfühlt, Herz und Gehirn zu verbinden. Wir erstellen also die Herz-Gehirn-Verbindung, die alles das ermöglicht. Wir haben hier also einen Macintosh, einen Mac Pro. Die dazugehörige Software von Heart Math heißt emWave Pro. Ausgefeilte Technologie, sehr einfach zu bedienen.

Ich suche nun einen Freiwilligen ... Elise, komm nach vorn und setz Dich auf einen der Stühle. Ich bitte um einen Applaus für Elise ... Die Scheinwerfer blenden hier etwas. Bitte setz Dich hier auf den Stuhl. Darf ich vorstellen? Publikum – Elise ... Elise – Publikum. Ist das nicht ein tolles Publikum? Sieht sie verängstigt aus? Nein, Du siehst eigentlich gar nicht verängstigt aus. Elise: [unverständlich] Es funktioniert bei jedem, ich will Dir jedwede Angst nehmen. Es funktioniert bei jedem. Wenn Du ein Herz hast, funktioniert es. Und Du hast ja schon bestätigt, dass Du eins hast ... [Gelächter] Ich möchte Dich bitten, den Ohrring auf Deiner rechten Seite abzunehmen. Gregg: Darf



ich Dich hier berühren? Elise: Ja. Okay, das ist eine LED-Diode. Wow, Du hast große Ohren. Ich werde Elise mit dem Gerät verbinden und sich die beiden miteinander bekannt werden lassen. Das Gerät wird sich auf ihren Körper kalibrieren, bevor es losgeht. Perfekt. Geht es Dir gut? Du musst nichts Besonderes tun, niemand muss was Besonderes tun. Lasst mich euch kurz erklären, was passiert. Wenn ich die Kalibrierung vornehme, ist das Erste, was passiert, dass wir hoffentlich einen Puls sehen.

Das ist immer gut. [Gelächter] Das ist gut für die Software. Und gut für die Person auf dem Stuhl. Schaut euch den Puls an. Und das Gerät kalibriert sich dann. Ihr werdet also dort den Puls sehen. Dieser Puls ist die Herzfrequenz-variabilität, die Variabilität zwischen jedem Herzschlag, variabel von einem zum nächsten. Wir werden im Kursverlauf noch darüber sprechen, weil es der Schlüssel zur Resilienz ist. Es wird uns einiges über die Herzfrequenzvariabilität verraten. Wir werden hier einen Durchschnittswert für die Herzfrequenz sehen. Es tut mir leid, dass ich euch währenddessen den Rücken zuwende. Du wirst Deine durchschnittliche Herzfrequenz hier auf dem Schirm sehen. Worauf wir jedoch achten, sind rechts auf dem Schirm diese drei Grafiken in Kapselform.

Die zeigen uns die Kohärenz-Ratio zwischen Herz und Gehirn. Es gibt drei: niedrig, medium und hoch. Rot, blau und grün. Und ich möchte Dir, Elise, jetzt etwas sehr deutlich sagen, dass es kein Wettbewerb ist und keinen normalen Wert gibt, keinen typischen Wert. Nur, dass die meisten Menschen in der Regel eine sehr niedrige Kohärenz während des Tages haben. Denn unsere Aufmerksamkeit ist nicht beim Herzen. Unsere Aufmerksamkeit richtet sich auf die Welt um uns herum, so wie es sein sollte. Wenn man durch die Gegend läuft, achtet man auf die Umgebung. Wir achten also normalerweise nicht auf unser Herz. Bis wir uns absichtlich darauf konzentrieren. Wie gesagt, das ist also kein Wettbewerb. Das möchte ich ganz klar sagen. Ich möchte auch klar sagen, dass wir an dieser Messung alle beteiligt sind.

Kann mir jemand sagen, weshalb? Warum würde Deine Messung euch beeinflussen, da doch Elise an dem Gerät angeschlossen ist. Genau, wir sind unterschiedliche Körper, aber wenn man im Umfeld von 1,5 bis 2,5 Metern einer anderen Person ist, sind wir innerhalb des gleichen Herzfeldes. Und ich habe gezögert, weil ich aus Zeitgründen ... aber ich sage es euch jetzt trotzdem ... Ich habe die Forscher von Heart Math dazu befragt, ich habe gefragt: Wenn dieses Herzfeld so groß, so mächtig ist, warum stoppt es bei 2,5 Metern? Warum nicht 3 oder 6 Meter? Und sie sagten: Gregg, gute Frage ... Sie haben gesagt, 2,5 Meter sei die Begrenzung des Messgerätes. Sie sagen, dass die Wahrscheinlichkeit groß sei, dass das Feld eines menschlichen Herzens viele Kilometer reicht. Und auf dem Quantenlevel gibt es Hinweise, dass es unendlich ist. Auf dem Quantenlevel.

Das bedeutet, dass wir wahrscheinlich ... wahrscheinlich! Ich kann es als Wissenschaftler nicht als Fakt präsentieren, ich kann sagen, Die Daten legen nahe... dass wir in anderen Dimensionen kommunizieren. Dass wir gewiss mit anderen Lebensformen kommunizieren. Studien haben ergeben, dass wir mit Bakterien kommunizieren. Dass wir kommunizieren ... In der Petrischale reagieren die auf herzbasierte, unterschiedliche herzbasierte Zustände, wenn wir diese ändern. Andere Tiere bemerken das. Daher gibt es Hunde- und Pferdeflüsterer, die sehr erfolgreich sind.

Gibt es unter euch Star Trek Fans? Wer ist Counselor Troi? Kennt jemand Counselor Troi? Sie ist die Empathin, die das Schiff in neue Regionen begleitet, die weit, weit entfernt sind. Denn nicht alle sprechen mit Captain Kirk Englisch. Wenn die also in eine neue Welt kommen und eine neue seltsame Lebensform entdecken, und die Lebensform die Sprache imitiert und sagt: »Wir kommen in Frieden!« Und Counselor Troi darauf sagt: »Die wollen uns umbringen!« Woher weiß sie das dann? Sie ist nonverbal, sie nimmt mit dem Feld des Herzens wahr, was passiert. Wir machen diesen Prozess also alle gemeinsam durch, Elise ist lediglich die Person, die an das Gerät ange-

geschlossen ist, Sie dominiert. Aber dennoch beeinflussen wir alle diese Messung gemeinsam. Ich möchte, dass Du ein bisschen mit dem Gerät vertraut wirst. Und dass das Gerät Dich kennenlernt. Okay, die gute Nachricht ist, Du hast einen Puls. Ich bin froh, Dir das sagen zu können. Wirklich gute Nachrichten. [Gelächter] Unten seht ihr die Pulswelle. Die Kalibrierung findet statt. Wenn ihr auf den Schirm achtet, seid ihr nicht in eurem Herzen, und ihr habt 100% keine Kohärenz. Und das seht ihr gerade. Denn wenn wir auf den Schirm schauen, sind wir auf die Technologie konzentriert und nicht in unseren Herzen.

Nachdem ihr das gesehen habt, lade ich euch jetzt dazu ein, eure Notizbücher wegzulegen, eure iPads, eure Stifte, eure Zettel. Ihr braucht die jetzt nicht. Und was nun passiert ist, dass der Raum sich bereits verändert. Diese Änderung zeigt sich auf dem Schirm. Elise ist überhaupt nicht nervös, ihre derzeitige Herzfrequenz ist etwa 40 Schläge pro Minute Sie war bei 100% keine Kohärenz und ist nun bei nur noch 80, und sie bewegt sich in Richtung mittlerer Kohärenz. 17% und schaut euch das an, sie bewegt sich auf hohe Kohärenz bei 8. Lass mich Dir eine Frage stellen. Magst Du Mathe? Wie findest Du Mathe? Können wir ein bisschen Mathe machen?

Schauen wir mal. Wie findest Du Mathe? Ich möchte, dass Du von 123 rückwärts zählst und zwar 17 Schritte, und das machst Du 16 Mal. [Gelächter] Also 123 rückwärts 17 zählen. Und das 16 Mal. Okay, 123, 17 Schritte rückwärts. 16 Mal. Das kriegst Du hin. 117 [Gelächter] Sie schlägt sich gut. Sie leistet Widerstand. Du kannst aufhören. Denn traditionell passiert Folgendes: Wenn ich jemanden bitte, etwas Schwieriges zu tun, dann löst dies Stress aus. Und der Körper reagiert darauf. Seht ihr, sie macht das gerade. Es dauert ein paar Sekunden, bis es sichtbar wird. Das war eine stressvolle Erfahrung. Ihre Herzfrequenz bewegte sich zwischen 50 und 53. Nicht viel, Du hast Dich gewehrt. [Gelächter] Aber sie ging über 60 und erholt sich ge-

rade, und schaut euch das an. Ihre niedrigen Kohärenz-Level nehmen ab. Sie ist im mittleren Bereich und erreicht jetzt die hohe Kohärenz. Manche gehen direkt von niedrig zu hoch. Die Sache ist die, dass diese Dinge immer 100 ergeben, man kann nie mehr als 100% Kohärenz erreichen. Sie können sich beliebig verteilen. 0, 50, 50. Was bei mir in der Pause so war. Es kann 75, 25, 0 sein. Jedwede Kombination. Zusammen ergeben sie aber immer 100. Es kann nicht weniger und nicht mehr sein. Das machen wir gerade. Wir fangen jetzt noch mal von vorn an. Eine neue Messung. Das System ist wirklich. Oh das macht Dich nervös, 60 Schläge pro Minute. Ich halte an. Nachdem alle das nun gesehen haben, sind wir alle Teil der Erfahrung. Damit wir uns nicht auf den Schirm konzentrieren, lade ich euch alle und Dich dazu ein, ich bitte euch, beide Füße auf den Boden zu setzen. Der Grund dafür ist, dass wenn eure Beine gekreuzt sind...

Erinnert ihr euch? Dann geht eure Aufmerksamkeit immer dahin, wo ihr ein Gefühl habt. Wenn eure Beine überkreuz sind, ist das ein Gefühl. Dann richtet sich ein Teil eurer Aufmerksamkeit darauf. Setzt also beide Füße auf den Boden. Nur für diese Erfahrung. Schließt eure Augen, und erlaubt eurer Aufmerksamkeit sich nach innen zu richten. Nun richtet ihr eure Aufmerksamkeit von außen auf eure innere Welt. Ich bitte euch, zuzulassen, eure Aufmerksamkeit von eurem Verstand aufs Herz gehen zu lassen. Und wenn es euch hilft, berührt sanft die Mitte eures Herzens, so dass es angenehm für euch ist. Das kann eine gleichbleibend sanfte Berührung sein, oder nur ein einzelner kleiner Klopfen, es kann eure offene Hand über der Mitte eures Herzens sein. Oder ein Gebets-Mudra. Eingeschmiegt in eure Brusthöhle. Oder auch gar nichts davon. Was immer euch angenehm erscheint. Erlaubt eurer Aufmerksamkeit, sich dahin zu begeben, wo ihr die Berührung spürt. Bewegt euch in eure Herzen. Und von diesem Ort aus bitte ich euch zu atmen. Ein bisschen langsamer als sonst. Vielleicht 5 Sekunden ein. 5 Sekunden ausatmen. Was immer euch angenehm ist. Atmet so, als käme die Atmung von dem Ort der Empfindung, als würdet ihr vom Herzen ausatmen.

Ich werde das Gleiche tun. Schlüssel ist, dass man einen aktiven Fokus hat, das ist keine Entspannungsübung, hier geht es nicht darum, loszulassen. Es ist ein aktiver Fokus, der eure Aufmerksamkeit bei eurem Herzen behält. Das ist das Wesentliche für den ersten Schritt. Sobald ihr das erreicht habt, seid ihr in eurem Herzen, um die Kohärenzphase zu beginnen. Es geht nur ums Gefühl, um das, was Du in Deinem Herzen spürst. Jetzt bitte ich euch, dass ihr so gut wie euch möglich vom Ort der Empfindung, von dem Ort, von dem aus ihr atmet, zu fühlen beginnt, so gut, wie ihr könnt, wie es euch möglich ist. Ein Gefühl ... ein regenerierendes Gefühl. Fürsorge für alles. Dankbarkeit für alles und jeden. Anerkennung... Mitgefühl... Fürsorge... Dankbarkeit Anerkennung Mitgefühl.

Das sind die Worte von denen Wissenschaftler herausgefunden haben, dass sie diesen Effekt in unserem Körper entstehen lassen. Optimal, wirksam. So gut, wie Du kannst, spüre diese Gefühle. Ich gebe euch einen Moment und mache das Gleiche. Wir tun dies alle gemeinsam. Denkt daran zu atmen. Die Konzentration aufrechtzhalten. Bit atmet nun noch einmal tief ein. Nun könnt ihr eure Augen öffnen, falls ihr es noch nicht getan habt.

Gregg: Wie fühlst Du Dich? Elise: Entspannt. [Lacht] Deine Messung sagt etwas sehr Interessantes aus. Ich frage Dich gleich, ob Du uns verraten magst, was Du gedacht hast, was das Gefühl hervorgebracht hat, als Du diese Sphäre betreten hast. Elise: Ich dachte an Dankbarkeit. Elise: Ein paar Mal dachte ich an Liebe. Elise: Ich habe aber die anderen Worte ausprobiert, weil ich Elise: eine Forscherin bin. Gregg: Ich kann erkennen, wann das war. Elise: Okay. Die anderen waren für mich nicht so wirksam wie Dankbarkeit. Gregg: Und darf ich fragen, wofür Du Dankbarkeit empfunden hast? Elise: Hier zu sein und diese Erfahrung mit diesen wunderbaren Menschen und der Familie, den Freunden zu machen. Alles, was ich erlebt habe und was noch geschehen wird. Danke. Danke, dass Du uns das gesagt hast und für Dein Vertrauen. Hattest Du schon mal das Gefühl, dass Dich jeder anguckt?

Je gehabt? [Gelächter]. Ich habe das Gefühl hier manchmal. Weiß aber, dass das an mir liegt. Du hast das wunderbar gemacht, und wenn es okay ist, möchte ich nun kurz erzählen, was ich glaube, was noch passiert. Und dann kannst Du Dich wieder setzen. Okay? Ein paar Dinge kann man hier sehen. Worauf ich euch aufmerksam machen will, ist, dass die Herzfrequenz ansteigt. Schaut euch die wirklich großen, schönen, tiefen Herzwellen an, die sich hier abzeichnen. Normalerweise – und wir sprechen im nächsten Abschnitt darüber – normalerweise haben jüngere Menschen eine höhere Herzfrequenzvariabilität.

Es gibt Ausnahmen. Normalerweise gilt: je jünger die Person, desto größer die Herzfrequenzvariabilität. Doch wenn die Menschen älter werden, und ihr Denken enger wird oder wie es heißt: fest im Wellenverhalten. Das zeigt sich tatsächlich an einer geringeren Herzfrequenzvariabilität. Manchmal nur noch eine krakelige, kleine Linie. Nicht wie hier. Wenn ich mir das also ansehe und nicht wüsste, wie alt Du bist, würde ich sagen, dass das vermutlich von einer Person um die 20 ist. Gregg: Du hast also eine echt ... Elise: Danke ... Gregg: Nein, wirklich! Das Institute of Heart Math ... ich schätze die Leute, die dort arbeiten wirklich sehr und die mögen mich, die schätzen mich wirklich sehr.

Und als ich ihnen sagte, dass ich das live in meinen Kursen machen will, sagten sie: »Gregg, das kannst Du machen, Du wirst aber nie wissen, was passiert. Warum gehst Du nicht auf Dein Zimmer, machst eine gute Session, speicherst das und nutzt dann das als Beispiel?« Und ich sagte: »Klar, aber das macht keinen Spaß, lasst es uns richtigmachen.« Und Du hast bereits zu Beginn eine tolle Vorlage geliefert. Erstens haben wir schöne, tiefe Herzwellen. Schaut euch an, was mit ihren Kohärenzwerten geschehen ist. Zu Beginn war sie bei 100% niedriger Kohärenz. Das wisst ihr noch, Während ich sie mit Mathe geärgert habe, war sie in den 50ern und 60ern. Dann haben wir das System neu gestartet und nochmal von vorn begonnen.

Ihre niedrige Kohärenz fiel auf 16, und wenn wir weitergemacht hätten, wären wir wohl auf Null gekommen. Ich habe die Übung verkürzt. Aus Zeitgründen. Aber ihr habt einen Eindruck bekommen. Die niedrige Kohärenz fiel auf 16%, als sie damit begann, das zu tun, was ich vorgeschlagen hatte, bevor wir angefangen hatten. Schaut euch das an! Sie überspringt die mittlere Kohärenz. Sie geht von »niedrig« direkt zu »hoch«. Und ihr »Hoch« stieg von Null auf 79% hohe Kohärenz. Das bedeutet, dass hier eine sehr hohe Kohärenz zwischen Gehirn und Herz vorliegt.

Sie hat mir gesagt, dass sie mit unterschiedlichen Gefühlen experimentiert hat, um herauszufinden, was funktioniert. Und das kann ich hier sehen. Seht ihr das hier? Da ist eine sehr schwache Linie Da drunter liegt noch eine. Die könnt ihr nicht sehen, weil das Blau drüber liegt. Okay. Das nennt man, im Bereich zu sein. Und zwischen dieser dünnen Linie und dieser hier kann man es erkennen. Von meiner Perspektive aus, ihr könnt es hier erkennen. Seht ihr? Auf dem Schirm kaum erkennbar. Die Idee ist, dass sich die Kohärenz langsam mit der Zeit aufbaut. Und wenn man dabei im Bereich bleibt, das ist dort, wo man sein will. Sie beginnt hier und ist genau im Bereich. Bumm, genau dort.

Dann geschah etwas. Und mein Verdacht wäre, dass Du da angefangen hast, mit unterschiedlichen Gefühlen zu experimentieren. Die waren nicht schlecht, aber nicht wirklich wirksam. Und dann hat sie hier ein bisschen verloren, und dann hat sie etwas gefunden, von dem sie sagte: »Dabei bleibe ich, das funktioniert.« Und wenn ihr das nehmt und es herüberschiebt, zu dem Ort ... wenn das hier nicht wäre, und sie das von Anfang an fortgesetzt hätte, dann wäre sie bis hier oben immer genau im Bereich gewesen. Interessant ist, dass sich ihre Herzfrequenz nie wirklich verändert hat. Sie begann bei 53, 55. Und da war sie auch am Schluss. Ich sage euch das, weil manche auf der Bühne nervös sind. Du offenbar nicht. Bei denen geht die Herzfrequenz auf 80, 90 oder über 100. Dennoch erreichen sie eine sehr



hohe Kohärenz. Ich sage euch das, weil man für diese Erfahrung nicht völlig entspannt oder ausgezoomt sein muss, um hohe Kohärenz zu erreichen. Ihr könnt durchaus mit einer sehr hohen Herzfrequenz eine wirksame Verbindung zwischen eurem Gehirn und eurem Herzen herstellen. Und das Institute for Heart Math weiß das. Die arbeiten inzwischen mit Athleten in olympischen Trainingsstätten. Leute mit hoher Frequenz: Radfahrer, Läufer, Schwimmer ... Leute mit sehr hoher Herzfrequenz.

Deren Kohärenz ist sehr hoch. Sie lernen, wie man mit einer sehr hohen Herzfrequenzvariabilität optimal funktioniert. Herzfrequenz meine ich. Sie lernen, bei sehr hoher Herzfrequenz optimal zu funktionieren. Also auch, wenn Deine nicht hoch war, wenn Du zu 80, 90, 100 hochgehst, heißt das nicht, dass Du keine hohe Kohärenz hast. Okay? Ich berühre nochmal Deine Ohren. Danke, dass Du unsere erste Freiwillige gewesen bist, Du hast das wunderbar gemacht. Denk an Deinen Ohrring, der liegt hier. Du kannst zu Deinem Platz zurück. Bitte einen Applaus für Elise.

# Kapitel 4:

Außergewöhnlich verdrahtet

## Lektion 8:

Deine Basislinie erhöhen

Deine Baseline steigern Manchmal sehnen wir uns so sehr nach dieser Verbindung zwischen unserem Gehirn und unserem Herzen. Auf so präzise Weise, dass schon die Erstellung der Verbindung, eine Erlösung sein kann. Es ist nicht ungewöhnlich, dass Menschen weinen und sehr viel empfinden, nur weil sie diesen Bereich erreicht haben. Sie haben noch gar nichts gemacht. Weil es sich für uns wie Zuhause anfühlt, da zu sein. Und das kann passieren. Hängt davon ab, welche Emotion man spürt und was man fühlt. Aber es ist durchaus normal, dass das passiert.

Wie war die Erfahrung für euch? Ich weiß, dass ihr neben Leuten auf Stühlen sitzt, die ihr erst ein paar Stunden kennt, aber ihr habt einen Eindruck bekommen. Wie war das für euch? Habt ihr es geschafft, die Verbindung zu erstellen und Fürsorge, Dankbarkeit, Anerkennung und Mitgefühl zu spüren? Ja? Nein? Ich möchte etwas anmerken. Die Forscher haben bei jungen Menschen festgestellt ... Und das hilft vielleicht einigen von euch. Die haben mit jungen Menschen mit schwierigem Hintergrund gearbeitet, einige waren Waisen, einige waren missbraucht worden, haben Kriege erlebt, dergleichen. Und wenn sie diese jungen Menschen baten: Dankbarkeit, oder Anerkennung zu fühlen, konnten diese jungen Menschen das nicht tun, da sie das nicht kannten.

Aufgrund der Erfahrungen, die sie gemacht haben. Da wurden die Forscher kreativ und fragten die jungen Leute: Könnt ihr so fühlen, wie ihr euch fühlt, wenn ihr einen Welpen in den Armen habt? Oder ein kleines Kätzchen oder Häschen, Kaninchen ... Ein anderes Wesen, das machtlos in euren Armen liegt. Könnt ihr das fühlen? Und sie konnten das. Und so wurde das ihr Weg, um die Verbindung zwischen Herz und Gehirn herzustellen. Ich finde das faszinierend. Ihr habt das sicher auch schon bemerkt ... Habt ihr schon mal bemerkt, dass es uns oft leichter fällt, für alles andere als uns selbst zu sorgen? Schon mal bemerkt? Es ist oftmals leichter, sich um eine andere Person oder ein anderes Wesen zu kümmern. Wir neigen dazu, uns zu ver-

nachlässigen. Im Kern der Weltreligionen ... im Herzen, im Kern ... ihrer reinsten Lehren, nicht jene, die mit der Zeit aus unterschiedlichen Gründen verzerrt wurden. Stößt man zum Herzen der Lehren vor, war das die ursprüngliche Idee hinter der Religion. Es ist so schwierig, uns selbst zu lieben. Es ist leichter für uns, ein anderes Wesen zu lieben. Und in diesen ursprünglichen Traditionen gab uns das Gelegenheit, ein höheres Wesen zu lieben. Eine höhere Existenz, einen höheren Ursprung. Gott als Pfad, um diese Liebe für uns selbst zu finden. Ursprünglich.

Mit der Zeit hat sich das verändert. Aber das spiegelt sich in den Studien, die Heart Math gemacht hat, Es ist leichter, für jemand anderen zu sorgen, für ein anderes Wesen, für ein anderes Geschöpf. Und ich sage das, weil das für euch vielleicht funktioniert. Wir werden das im Verlauf des Kurses machen. Ihr lernt ein Werkzeug, und es ist wie bei jedem Werkzeug: je mehr wir es benutzen, desto leichter wird es, es geht uns in Fleisch und Blut über. Und je häufiger wir das tun, desto stärker bauen wir an dem neuronalen Netzwerk, ihr habt ein paar Verbindungen geschaffen. Fühlt ihr den Hook-Up? [Gelächter] Ihr habt gerade neuronale Hook-Ups geschaffen. Die sind jetzt vorhanden. Jetzt müssen wir die stärken. Und das funktioniert durch Wiederholung. Die neuronalen Netze stärken.

Sodass es in Fleisch und Blut übergeht. Wenn ihr das nicht wiederholt, wenn ihr es nur einmal macht und dann nie wieder, dann ... diese erste Verbindung ist sehr schwach ... die ist fragil und hält vielleicht nicht. Eines der Dinge, die Heart Math herausgefunden hat, ist, dass drei Minuten hoher Kohärenz das Immunsystem massiv stärken, es senkt die Cortisol-Werte in unserem Körper um 23%. Es erhöht die DHEA-Level, den Ausgangsstoff für die anderen Hormone um 100%. Alles nur durch ein Gefühl. Und das hält für bis zu 6 Stunden. Es sei denn, es geschieht etwas Großes in eurem Leben, das eure Aufmerksamkeit braucht. Selbst, wenn ihr also nicht in dem Bereich seid, profitiert ihr dennoch jetzt schon. Was ich jedem von euch sagen kann, ist,

dass er nach dem Erlebnis gesünder ist, als zu dem Zeitpunkt, da ihr heute den Raum betreten habt. Eure Stresslevel sind niedriger, eure Cortisolwerte sind niedriger, eure Anti-Aging-Hormone haben zugenommen und ihr habt eine Verbindung hergestellt. Und ich muss sagen, ihr seht alle sehr jung aus. [Gelächter] Ihr seht jetzt so jung aus. Fühlt ihr euch nicht jung? Diese Erfahrung ... diese Erfahrung der Verbindung zwischen Gehirn und Herz ... Das ist ein Geschenk. Damit sind wir ausgestattet. erinnert ihr euch? Wir sind über die Maßen ausgestattet. Wir haben diese Fähigkeit, seit wir vor 200.000 auftraten. Unsere Körper haben sich nicht verändert.

Das ist nicht mit der Zeit entstanden, das war von Anfang an bei uns. Das ist das Problem mit der Evolutionstheorie. Warum würden wir etwas kriegen, das wir die nächsten 200.000 Jahre nicht brauchen? Das war keine evolutionäre Antwort. Die Neuriten waren in unserem Herzen. Wir beginnen jetzt damit, diese als breite Öffentlichkeit bewusst zu nutzen. In der Vergangenheit waren das nur kleine, isolierte Gruppen. Die Mystiker und Schamanen. Vielleicht durch Zufall gelernt oder beigebracht bekommen, vielleicht damit geboren worden, und andere haben es nicht verstanden.

Heute steht es uns allen offen. Und wir nehmen jetzt das, was ursprünglich mal eine außergewöhnliche Erfahrung war und holen es in den Alltag, weil das unsere wahre Natur ist. Und ich kann mir eigentlich nichts Aufregenderes vorstellen ... Insbesondere – und jetzt kehren wir an den Ausgangspunkt zurück – da wir in einer Zeit der Extreme leben. Und in dieser Zeit der Extreme müssen wir Resilienz erreichen, um die Art, wie wir denken und leben rasch zu verändern. Was ich euch heute nicht erzählt habe, ist, dass die Erfahrung, die wir gerade gemacht haben, der Schlüssel dazu ist, die Baseline eurer Resilienz zu erhöhen. Ihr seid nun im Angesicht des Wandels resilienter als heute Morgen. Und das trägt uns durch den Rest des Kurses.

# Kapitel 4:

Außergewöhnlich verdrahtet

## Lektion 9:

Vorteile der Herz-Gehirn-Kohärenz

Vorteile der Kohärenz zwischen Herz und Gehirn Jetzt möchte ich ausführlicher über Kohärenz sprechen. Die optimale Kommunikation zwischen Herz und Gehirn, eurem Herz und eurem Gehirn. Warum würden wir diese Kohärenz haben wollen? Neben den Gründen, über die wir gerade sprechen? Weil Kohärenz eine Pforte zu vielen der anderen mystischen Erfahrungen sowie zu Gesundheit und Wohlbefinden ist. Je größer eure Kohärenz, je besser eure Kommunikation zwischen Herz und Gehirn ist, je besser eure Kohärenz, desto besser erreicht ihr die tiefen Intuitionszustände. Je größer eure Kohärenz, desto mächtiger ist euer Immunsystem. In eurem Körper, in eurem ganzen Körper.

Je besser eure Kohärenz, desto besser funktioniert eure Körperchemie. Es gibt über 1300 biochemische Reaktionen. Eine Kaskade, eine Flut von positiven chemischen Reaktionen in eurem Körper, die auf die eine Handlung reagieren. Die Schönheit daran ist, wie wir bei unserer Erfahrung gesehen haben, das Schöne ist, man muss es nicht sehr lange tun. Studien haben ergeben, dass drei Minuten ... .. drei Minuten hoher Kohärenz lösen diese mächtigen Veränderungen in unserem Körper aus. Nach drei Minuten hoher Kohärenz, sinken die Cortisol-Werte, die Stresslevel.

Die Cortisol-Werte um 23%, während die DHEA-Level, der Vorstoff aller anderen Hormone, im Körper um über 100% zunehmen. Nur dadurch, dass man ein Gefühl hat, man muss gar nichts Besonderes essen oder einen Pilzdrink zu sich nehmen, der im Kühlschrank fermentiert, oder irgendeinen Kristall um den Hals tragen oder Yoga machen, all diese Dinge haben einen Zweck und funktionieren auf ihre Weise. Es geht nur darum, dass ihr in der Lage dazu seid, diese außergewöhnliche Fähigkeit schon mit dem, womit ihr auf die Welt kamt, erreichen könnt. Ihr braucht keine externen Hilfsmittel. Ich bin ein Low-Tech-Typ in einer High-Tech-Welt und ich bin kein Freund von Gadgets. Wenn wir beispielsweise emWave benutzen, halte ich das für ein mächtiges Werkzeug, um herauszufinden, wann wir die richtigen Gefüh-



le spüren. Sobald wir das wissen, finde ich, ist ein Tool gut als Hilfsmittel aber nicht als Krücke. Ergibt es Sinn, wenn ich das so sage? Man will ja nicht, jedes Mal, da man Stress spürt, an den Computer rennen und seinen Ohrstecker suchen, alles anschließen, und dann ist der Akku alle und ... Ihr habt das Tool ja schon benutzt, um euch selbst besser zu kennen. Und ich glaube, dass das der Wert eines Tools ist. Je größer unsere Kohärenz, desto größer unsere Resilienz bei der Konfrontation mit den Extremen des Lebens. Und das ist es, wo wir angefangen haben.

Wir leben in einer Zeit der Extreme. Und die Extreme belasten uns, sie belasten unsere Überzeugungen, sie belasten unsere Körper, die Art, wie wir leben, und wir sind normalerweise nicht an diese Art Stress gewöhnt. Wandel kann zu Stress führen. Wir sind das nicht gewöhnt. Wenn wir also für mehr Resilienz in unserem Leben sorgen, sind wir besser ausgerüstet, um den jeweiligen Wandel anzunehmen. Und darüber will ich heute mit euch sprechen. Denn Resilienz beginnt in eurem Herz. Viele sagen da: »Nun hängt nicht alles von den Überzeugungen ab?« – Ja, es geht um Überzeugungen. Und es ist euer Herz, das zum Filter wird, der euch hilft, die neuen Überzeugungen anzunehmen. Wenn ihr eine neue Überzeugung annehmen sollt, die sich für euch nicht richtig anfühlt ... Es fängt im Herzen an. Sonst könnt ihr das nicht annehmen. Wie können wir uns also selbst in die Lage versetzen, um uns an den Wandel rasch anpassen zu können?

Darüber will ich mit euch sprechen. Hier nimmt alles seinen Anfang. Das ist der Ausdruck der Messung eines menschlichen Herzschlags. Wenn man zum jährlichen Vorsorgetest geht ... früher nannte man das EKG ... Alles verändert sich, selbst medizinische Begriffe. Inzwischen heißt es auf Englisch ECG. Der Name ist gleichgeblieben. Elektrokardiogramm. Was ihr hier seht, ist ein QRS-Komplex, R ist die höchste Welle. Und das erzählt die Geschichte der Resilienz. Wenn man zur Vorsorge zum Arzt geht, vielleicht macht ihr es wie ich und legt euch auf den Untersuchungstisch auf meiner Brust sind

die Elektroden mit Tape angebracht, das problemlos drangeht, aber nur schmerzvoll wieder ab. Für manche Männer zumindest. Denn es geht ja noch mehr ab als nur das Tape. [Gelächter] Ich sagte: »Vielleicht machen wir gleich Brasilianisches Waxing?« Diese Ärzte haben keinen Humor. [Gelächter] Die wollen das einfach nur abwickeln. Vielleicht rollt ihr euch wie ich zur Seite und schaut euch die Messung an. Weil ich eine Erwartung habe. Welche Erwartung hat man da? Genau. Sie sehen alle gleich aus. Man sucht einen erkennbaren Rhythmus. Ich muss euch sagen, dass nichts weiter von der Realität entfernt sein könnte. Nichts könnte weiter entfernt sein.

Hier ist der Grund, weshalb. Jeder dieser Ausschläge. Die R-Wellen, die Spitzen. Die Zeit zwischen dieser Welle und dieser und dieser und dieser wird in Millisekunden gemessen. Von hier bis dort sind es 845 Millisekunden. Von hier nach da 745. Von da nach dort 812, dann 732. Ihr versteht, was ich meine. Die sind nah beieinander. Es sind sehr kleine Zeitabstände. Allerdings sind sie nicht gleich. Und das würdet ihr auch nicht wollen. Und das ist der Grund dafür. Ich finde das faszinierend. Wenn wir jung sind, gerade auf die Welt gekommen. Dann müssen wir die Welt rasch verstehen. Auch wenn unsere Eltern uns helfen. Wir müssen uns anpassen an eine sich ändernde Welt. Wir müssen beispielsweise rasch verstehen, was eine heiße Herdplatte ist.

Wir müssen herausfinden, dass nicht jeder Hund so freundlich ist, wie der in unserem Wohnzimmer. Ich spreche aus eigener Erfahrung. Ich habe sie in meinen Büchern aufgeschrieben. Wir müssen diese Dinge rasch herausfinden. Die Natur hat uns gegeben, was man dafür braucht. Es heißt Herzfrequenzvariabilität. Der zeitliche Abstand von einem Herzschlag zum nächsten variiert mit jedem Schlag. Das meint Herzfrequenzvariabilität. Und das bedeutet Folgendes. Während wir jung sind, haben wir eine sehr hohe Herzfrequenzvariabilität. Wenn man zur Welt kommt, hat jeder Herzschlag einen anderen Abstand zum jeweils nächsten. Jeder Herzschlag anders. Eine

großartige Herzfrequenzvariabilität. Wenn man sich das auf dem Monitor anguckt, so wie wir es zuvor gesehen haben, als wir emWave gemacht haben und wir diese großen und schönen Wellen von unserer wunderbaren, perfekten Freiwilligen gesehen haben. [Gelächter] Diese hohen und tiefen Wellen zeigen eine hohe Herzfrequenzvariabilität. Wenn wir älter werden, sagt man, dass unsere Wellen festgelegt werden. Habt ihr das schon mal gehört? Unser Denken wird enger.

Wir erwarten, dass sich die Welt auf eine bestimmte Weise verhält. Und wenn die Welt anders ist, fällt uns diese Veränderung schwer. Und dieses Phänomen spiegelt sich in unserem Herzschlag. Denn die Zeit von einem Schlag zum nächsten wird regelmäßiger, wir verlieren unsere Herzfrequenzvariabilität, und die hohen und tiefen Wellen werden flacher. Und ich habe das bei manchen Freiwilligen auf der Bühne gesehen, abhängig von ihrer Lebenssituation und wie sie gelernt haben, mit dem Leben umzugehen.

Manchmal ist dieser Ausdruck, wie wir ihn hier sehen, nur ein kleines Zucken. Das ist alles, was man sieht. Nur ein kleines Zucken. Ich werte das nicht, ob es gut, schlecht, richtig oder falsch ist. Man kann es ändern. Man kann es in einem Pulsschlag verändern. Buchstäblich. So schnell kann man das ändern. Sobald ihr euch daran gewöhnt habt, so mit eurem Herzen und eurem Gehirn zu verfahren, ist alles das umkehrbar. Darum sage ich euch das. Das ist das Schöne daran.

Wenn wir die Resilienz annehmen wollen, die in unseren Körpern vorhanden ist. Wir sind dazu geschaffen zu heilen. Wir sind geschaffen, erfolgreich zu sein. Euer Körper will sich heilen. Er ist auf Heilung gepolt. Eure DNA will sich reparieren, eure Organe wollen sich heilen. Euer Immunsystem will stark sein. Wir müssen unserem System aber die Bedingungen bieten, die diese Fähigkeiten unterstützen. Einige dieser Bedingungen sind äußerlich bedingt. Ernährung ist wichtig. Gute Luft, sauberes Wasser, das ist alles

wichtig. Einiges aber ist in uns selbst. Und das wird vernachlässigt. Ich will nicht sagen, dass es vergessen wurde, es wird im modernen Denken vernachlässigt. Auch in der Sprache der Medizin. Wir vernachlässigen die inneren Bedingungen. Gedanken, Gefühle, Emotionen und Überzeugungen.

# Kapitel 4:

Außergewöhnlich verdrahtet

## Lektion 10:

Veränderung umarmen

Wandel umarmen Was ich euch hier zeigen will, ist, dass die Herzfrequenzvariabilität wirklich der Schlüssel ist. Ein gutes Beispiel dafür ist mein Großvater. Ich hatte schon erzählt, dass mein Vater uns verlassen hat, als ich zehn war. Und ich hatte den Rest meines Lebens keine wirkliche Beziehung zu ihm. Mein Großvater war mir näher als mein Vater. Und ich lebte mit meinem Großvater. Er wurde 96 Jahre alt. Und ich war in der Woche bei ihm, in der er gestorben ist. Nicht am Tag selbst, aber ich war in der Woche da gewesen. Ich wusste nicht, dass er in der Woche sterben würde. Er schien mir wohl auf. Aber das passiert oft. Habt ihr bemerkt, dass die Menschen kurz vor dem Tod noch mal Energie bekommen, da sie teilhaben wollen. Ich fragte meinen Großvater. »Du warst 96 Jahre auf dieser Welt«, und ich fragte ihn: »Was hast Du gesehen? Was hat sich verändert?« Und er dachte darüber nach.

Ich habe es geliebt, ihm diese Fragen zu stellen. Seine Ohren wackelten, wenn er nachdachte. Er hob seine Augenbrauen und sagte »Lass mich mal nachdenken.« Und wenn er das tat, bewegten sich seine Ohren. [Gelächter] »Entschuldige, Opa!« Ich habe ihn also zu seinem Leben befragt. Und er sagte: »Gregg, die Dinge, die ich gesehen habe, hätte ich mir nie träumen lassen.« Er sagte: »Ich habe zu einer Zeit gelebt, als der Wechsel von Pferden und Kutschen zu Autos stattfand.« Er sagte, dass es damals, als er jung war, in Kansas City Regeln gab, Regeln, die besagten, dass man, [Lacht] wenn man in einem Auto saß, und eine Pferdekutsche auf der Straße sah, dass man dann von der Straße herunter musste, sein Auto verstecken musste, nach Möglichkeit zudecken oder hinter einem Busch verstecken, damit man die Pferde nicht erschreckte. Denn die waren nicht daran gewöhnt.

Er sagte: »Ich lebte zu einer Zeit, als nur wenige Toiletten im Haus hatten.« »Die meisten hatten Plumpsklos, es gab nur wenig Strom. Nur wenige besaßen ein Telefon. Es gab feste Telefone, zu denen man ging.« Er sagte: »Ich hatte das Gefühl, in diese Welt zu gehören, sie schien mir sinnvoll.« Und er

sagte, dass dann etwas einsetzte. Das war unmittelbar nach dem Zweiten Weltkrieg. Der Zweite Weltkrieg. Dieser Push in das Denken der Kriegszeit. Und Krieg führt meist auch zu einem Push im technologischen Denken. Um einen Vorteil im Krieg zu bekommen. So viele Dinge geschahen und so viele technische Erfindungen wurden gemacht. Während des Kriegs und danach. Unsere Welt hat sich damals sehr schnell verändert, und mein Großvater kam nicht mehr mit. Er sagte, dass es keinen Sinn für ihn mehr ergab, dass er nie verstand, wie ein Jet fliegen konnte. Und wenn man darüber nachdenkt...

Ich bin kürzlich von Dallas nach Heathrow in London geflogen, und ich sah mir das Flugzeug an, das über den Ozean geflogen war, und es war so riesig. Und einen Moment lang dachte ich: »Wie um alles in der Welt kann das Ding wirklich fliegen? Und wie hat es genug Kerosin, um in der Luft zu bleiben? Und dann sagte ich mir: »Ich will da nicht mehr drüber nachdenken.« »Ich bin bloß froh, dass es fliegt. Heute. Und nächste Woche, wenn ich heim fliege.« Die Erfindung des Fax. Dass man ein Stück Papier in eine Kiste steckt, und die ganze Nachricht erscheint auf einem Stück Papier auf der anderen Seite der Welt. Das ergab keinen Sinn für ihn. Computer, Handys, nichts davon. In der Woche, in der mein Großvater gestorben ist, hat er zu mir gesagt: »Ich gehöre nicht in diese Welt. Ich fühle mich wie ein Fremder.« Und er starb mit dem Gefühl, in seiner eigenen Welt fremd zu sein.

Der Punkt ist, und deshalb erzähle ich euch das, dass der Wandel meinem Großvater schwer gefallen ist. Er hatte eine Vorstellung davon, wie die Welt gewesen ist. Und ich kann euch nur sagen, dass seine Gesundheit schlechter wurde und wir ihn in ein Altenheim umziehen mussten. Veränderungen waren wirklich sehr schwer für ihn. Weil er sich an die Idee klammerte, wie die Dinge einst waren und an das, was er glaubte, das geschehen müsste. Das ist etwas vollkommen anderes, als den Wandel zu umarmen und zu sagen: »So ist es mal gewesen, aber das funktioniert nicht mehr, nun machen



wir es so.« Das ist ein ganz anderer Weg, mit dem Leben umzugehen. Also ... Wie machen wir das also? Wenn wir größere Kohärenz erreichen, erschaffen wir eine größere Herzfrequenzvariabilität. Neben den schönen Dingen, die ich euch gerade gesagt habe, gibt es noch einen weiteren Vorteil bei höherer Kohärenz. Mehr Kohärenz erschafft eine größere Herzfrequenzvariabilität. Und das gibt euch die Resilienz, um Wandel auf gesunde Weise anzunehmen. Je größer die Kohärenz zwischen eurem Gehirn und eurem Herzen, umso größer ist eure Fähigkeit, resilient gegenüber allem zu sein, was das Leben an euch heranträgt.

Ich wüsste nichts, was sinnvoller wäre, zu lernen. Der Punkt ist, dass Menschen in ihrer Angst versuchen, die Welt zu kontrollieren, statt ihre innere Kraft zu umarmen, mit der sie resilient werden können, ganz gleich, was das Leben ihnen präsentiert. Ich hoffe also, dass das, was wir hier machen, euch eine Fähigkeit verleiht, dass ihr darauf gepolt werdet, Wandel zu umarmen. Wir haben nur sehr wenig Möglichkeiten heutzutage, dass wir die Zeit dazu hätten oder sie uns nehmen würden, zu verstehen, worum diese Technologien sich drehen. Das sind Dinge, die einst im Kloster gelehrt wurden und nun im Labor gelehrt werden. Wir lernen alle das Gleiche. Das ist es, wie Wissenschaft zu dieser Erkenntnis kam.

# Kapitel 4:

Außergewöhnlich verdrahtet

## Lektion 11:

Alles zusammen bringen

Alles zusammenführen Was haben wir in diesem gesamten Abschnitt gemacht, indem wir darüber gesprochen haben, auf das Außergewöhnliche gepolt zu sein? Punkt 11 ist die Entdeckung von 40.000 Neuriten im menschlichen Herzen, die eurem Herzen eine neue Bedeutung zuweist. Ich möchte kurz etwas mit euch teilen. Es geht um einen Vortrag, der an der Harvard Medical School gehalten wurde. Er fand im frühen 20. Jahrhundert statt, also vor etwa 100 Jahren.

Der Vortrag wurde von einem Mann namens Rudolf Steiner gehalten. Wenn ihr Rudolf Steiner kennt, die Steiner-Prinzipien, er war der Gründer der Waldorf-Schulen, in denen Kinder sehr holistisch erzogen werden. Er zeigte der Harvard Medical School etwas, was sein Publikum verwirrte. Er zeigte den Embryo eines Huhns, das sich im Ei befand und noch so jung war, dass sich das Herz erst noch entwickeln musste. Okay? Was er aber mit der Technik von damals vorführen konnte, dass, obwohl das Herz sich erst noch bilden musste, das Blut aber bereits durch den Körper des Kükens floss.

Das Blut pulsierte durch die Adern und Arterien, obwohl sich noch kein Herz gebildet hatte. Okay? Uns wird beigebracht, dass der Zweck des Herzens sei, Blut durch unseren Körper zu pumpen und es pumpt Blut durch unseren Körper. Steiners Grund, das der Harvard Medical School zu zeigen, war, dass er die Frage aufwerfen wollte, dass das Pumpen des Blutes nicht der Hauptzweck des Herzens ist. Wenn das Blut durch einen Embryo fließt, ganz allein und ohne ein Herz, das es pumpt, dann stellt sich die Frage, was die Rolle des Herzens ist. Das war sein Punkt. Das Herz pumpt das Blut durch den Körper und es generiert eine Pulswelle, doch die Pumpfunktion scheint zweitrangig im Vergleich zu all den anderen Dingen, die das Herz tut. Man kann eine Maschine bauen, die das Blut pumpt, aber keine Maschine für all die anderen Aufgaben des Herzens. Jetzt fragt ihr natürlich: »Was hat das Blut denn bewegt?« Das ist der Punkt in Rudolf Steiners Werk, falls ihr es kennt, es geht um das, was er kleine Wirbel, Mikrowirbel nannte. Ein Mikro-

wirbel. Er zeigte, dass Flüssigkeiten in ihrem Grundzustand bereits in Bewegung sind. Wasser in der Erde, bevor es in ein Rohr geleitet wird, Blut in unserem Körper, noch bevor das Herz pumpt, verfügt bereits über eigene, inhärente Bewegung. Sie will sich bewegen. Das Herz hilft ihr lediglich bei der Bewegung der Wirbel. Ich möchte euch zeigen, wie real dieses Prinzip ist. Dass es von Ingenieuren benutzt wird. Ingenieure aus Colorado haben diese Idee aufgegriffen und gesagt, dass die Wirbel sich spiralenförmig bewegen. Sie haben daher Rohre gebaut, die nicht innen glatt waren, sondern innen Spiralen aufwiesen. Und sie haben die Rohre in das Wasser eines Pumpenhauses in einem Wasserkraftwerk gesteckt.

Dabei haben sie herausgefunden, dass sie Wasser nicht hochpumpen müssen, da das Wasser sich aus eigenem Willen bewegte, und zwar aufgrund der Spiralenform der Rohre, die zu der Wirkung der Wirbel passte. Und das Wasser zieht sich selbst die Rohre hoch. Man nennt es »lebendes Wasser«. Wenn wir also Wasser haben, lebendes Wasser aus der Erde, das unsere Körper auf eine Weise stärkt, wie es gefiltertes, mit Umkehrosmose verarbeitetes Wasser es nicht kann, es kann uns mit Flüssigkeit versorgen, allerdings gibt es uns nicht all die anderen Nährstoffe. Ich weiß, wir sprechen gerade über viele Themen und das war nicht Teil des Kurses, mir fiel es nur gerade ein, und ich wollte euch das sagen.

Die ganze Idee des Herzens als Pumpe... ja es pumpt. Es pumpt toll, und es tut noch so viele andere Dinge. Die Hinweise deuten darauf, dass Pumpen nicht die Hauptaufgabe ist, da wir nun von den Neuriten wissen. Die Entdeckung dieser Neuriten weist der Bedeutung des Herzens in unserem Leben eine neue Rolle zu. Außerdem ist unsere Fähigkeit, dass Herz und Gehirn kommunizieren, das, was wir Herz-Gehirn-Kohärenz nennen, der Schlüssel zum Zugang zu den außerordentlichen Intutionszuständen, zu Bewusstheit und Gesundheit. Das ist die Zusammenfassung dessen, was wir im letzten Abschnitt gemacht haben. Lasst mich folgende Frage stellen: Wir hatten

zusammen eine Erfahrung, die Erfahrung, dass unser Gehirn und unser Herz verbunden werden können durch einen Prozess, den man schnelle Kohärenz nennt. Wir sind zwei Schritte durchgegangen. Der erste war, unsere Aufmerksamkeit vom Verstand aufs Herz zu lenken, einige der Techniken, die uns dabei helfen, das etwas langsamere Atmen als normal. Und der zweite Schritt war die eigentliche Herstellung der Kohärenz, indem wir das Gefühl in unseren Körpern etabliert haben. Wir hatten die Erfahrung alle gemeinsam. Und ihr sagt, ihr habt das Erlebnis gehabt. Meine Frage ist nun: Wart ihr wirklich in eurem Herzen, als ihr das erlebt habt?

Woher wisst ihr das? Woher wisst ihr, dass ihr in eurem Herzen wart, vielleicht wart in noch in eurem Gehirn? Ihr könnt eine tolle Erfahrung haben und dennoch in eurem Gehirn sein und lediglich denken, wie es wäre, in eurem Herzen zu sein. Ich habe meine indigenen Freunde genau diese Frage gestellt. Wenn ihr mit eurem Nachwuchs arbeitet, wie wissen die, dass die wirklich in ihrem Herzen sind? Und wenn ihr mit einer Gruppe arbeitet, wie könnt ihr etwas einer Gruppe beibringen, dass jeder einzeln erlebt? Daher ist es für viele Autoren und Redner sehr schwierig, über das zu sprechen, worüber wir gerade sprechen. Denn jeder von euch hat seine eigene sehr persönliche Erfahrung. Und wie lehrt man etwas, das jeder anders erlebt? Ich habe meine indigenen Freunde das also gefragt. Und sie sagten: »Gregg, das ist eine gute Frage.«

Ich fühle mich immer gut, wenn man mir das sagt. [Gelächter] Und die nennen mich auch nicht »Sohn«. [Gelächter] So wie einige andere ... »Das ist eine gute Frage.« Und sie antworten: »Wir können Dir nur sagen, was wir gelernt haben.« Und was sie gelernt haben, ist das Folgende: Wenn die jemandem – insbesondere ihrem Nachwuchs – Erfahrung mitgeben möchten, dann versammeln sie sie alle an dem gleichen Ort, und sie setzen sie einem gemeinsamen Erlebnis aus, so dass jeder es auf seine Weise interpretieren kann, aber alle die gleiche Erfahrung geteilt haben. Und das funktioniert

wirklich gut für sie. So gut, dass ich das jetzt auch mit euch machen möchte. Ich möchte euch jetzt einen Film zeigen. Und es ist ein sehr eindrucksvoller Film. Ich beschreibe ihn kurz, ich bereite euch darauf ein bisschen vor. Ich wäre überrascht, wenn ihr am Ende des Films nicht alle in euren Herzen wärt. Aufgrund der Art des Filmes. Und der Grund, weshalb ich das mit euch teile, ist, dass ihr das alle gemeinsam erlebt und dann einzeln interpretiert. Das Endergebnis wird aber sein, dass wir alle in unseren Herzen sind. Und mein Ziel ist es, dass ihr dann zweifellos wisst, wie es ist, in eurem Herzen zu sein. So dass ihr diese Erfahrung dann als Ankerpunkt habt. Wir machen das zusammen, damit ihr immer wieder dahin zurückkehren könnt. Denn der beste Weg dazu, ist durch eine gemeinsame Erfahrung.

# Kapitel 4:

Außergewöhnlich verdrahtet

## Lektion 12:

Eine gemeinsame Erfahrung



Eine geteilte Erfahrung Ich zeige euch also einen wirkungsmächtigen Film. Ich möchte beschreiben, worum dieser Film geht. Es ist die Geschichte eines jungen Mannes namens Emanuel. Emanuel wurde im Irak während des Krieges in den 90ern geboren. Und es gibt eine Kontroverse darüber, welche Waffen in diesem Krieg eingesetzt worden sind und welche Materialien in den Waffen waren. Stoffe wie abgereichertes Uran, von dem wir wissen, dass es zu Geburtsfehlern führen kann. Und es gab im Kriegsgebiet eine hohe Anzahl an Geburtsfehlern, von denen man annimmt, man weiß es nicht sicher, es besteht eine Korrelation zu den eingesetzten Waffen. Emanuel und sein Bruder sind davon betroffen. Sie wurden während des Krieges geboren. Beide haben so schwere Geburtsfehler dass ihre Mutter nicht glaubte, für sie sorgen zu können.

Sie legte sie in einen Schuhkarton und ließ sie in einem Park zurück. Dort haben irakische Nonnen sie gefunden und in ein Waisenheim gebracht. Und sie haben sie, so gut sie konnten, versorgt. Emanuel erzählt gleich ein bisschen davon. Seine Geschichte, sein Kampf drang nach Australien, und dort war eine Frau, Mariah Kelly, die sehr bekannt dafür ist, das zu tun, was ich gleich beschreibe. Sie sucht junge Menschen, die medizinische Hilfe brauchen, in Ländern, wo diese Hilfe nicht besteht. Sie bringt sie nach Australien. Sie betreut sie während der medizinischen Versorgung und bringt sie dann wieder in ihr Ursprungsland zurück.

Das hatte sie auch mit Emanuel und seinem Bruder vor. Sie kam also in das Waisenhaus und holte die beiden nach Australien. Und was sie durchlebt haben, war so herzergreifend, für beide, Emanuel wie Mariah Kelly, dass sie die Kinder am Schluss nicht zurückbringen konnte, das Band der Liebe war so groß, dass sie sie als ihre Kinder adoptierte. Inzwischen ist Emanuel ein junger Mann und will Sänger werden. Und er macht ein Casting für das australische X-Factor. Das ist ein Clip seines Castings, das alle überwältigt hat. Einschließlich der Jury. Er erzählt also seine Geschichte und singt einen

Song. Ich werde euch nicht den Namen des Songs verraten. Denn sobald ihr das hört, erübrigt sich jede Einführung. Wenn ihr ihn aber hört, möchte ich euch bitten, Folgendes zu tun. Wenn ihr Emanuel darüber singen hört, welche Möglichkeiten es gibt, wie er sich vorstellt, wie es wäre in einer Welt zu leben, die ... Ich kann keine Geheimnisse behalten. [Gelächter] Wenn ihr das nicht verstanden habt, macht euch keine Sorgen ... [Gelächter] Wie es wäre in einer Welt zu leben, in der die Dinge, die ihn verletzt haben, nicht mehr existieren würden. Mächtige Worte für jeden Menschen. Sie aber von ihm zu hören, die Reaktion des Publikums zu sehen. Ich möchte euch bitten, euch wirklich wenn ihr könnt, in das Publikum und die Jury hineinzusetzen. Die können sich nicht zusammenreißen.

Die Jury verliert ihre Fassung. Einer der männlichen Juroren, er ist zuletzt dran, als er hört, welcher Song kommt, weiß er schon Bescheid und macht »Awww!« Er weiß genau, was passieren wird. Ich zeige euch das also. Wenn der Song fertig ist, lasse ich den Clip weiterlaufen. Dann bitte ich euch, einfach mit Emanuel zu fühlen, wie er auf der Bühne steht. Und in diesem Moment ist er ein Star. Und er erhält den Applaus, Standing Ovation, das Lob, die Anerkennung für seinen Lebenstraum. Und schaut in sein Gesicht und fühlt nach, was er gerade fühlt. Dann halte ich den Film an. Und dann haben wir alle ein Gefühl und machen etwas damit.

# Kapitel 4:

Außergewöhnlich verdrahtet

## Lektion 13:

In das Herz ziehen

Ins Herz einziehen Okay, jeder von euch hat jetzt ein Gefühl in seinem Herz. Und wenn ihr je Zweifel daran hattet, wie es ist, wenn ihr in eurem Herzen seid und ob ihr in eurem Herzen seid, wenn wir diese Übungen machen, dann ist das die Absicht, warum ich euch das zeige. Diesem Mann zuzuhören, wie er von der Möglichkeit singt, in einer Welt zu leben, in der all die Dinge, die ihn verletzt haben, nicht mehr existieren und es von ihm zu hören und bei ihm zu sein, während er seinen Traum lebt, wir sind in unserem Herz, genau da, wo er ist. Und ich möchte euch bitten, eure Augen zu schließen. Ihr braucht dafür nichts aufzuschreiben.

Berührt sanft das Zentrum eures Herzens. Mit eurer Fingerkuppe oder mit eurer offenen Hand. Holt tief Luft, saugt sie ein, haltet das Gefühl fest. Okay, das Gefühl, das ihr jetzt in eurem Körper spürt, ich bitte euch, ihm einen Namen zu geben. Gebt diesem Gefühl einen Namen. Irgendeinen Namen. Nur für euch. Der Name dient dazu, dass ihr das Gefühl anrufen könnt. Wann ihr wollt. Absichtlich. Um in euer Herz zu ziehen, wenn ihr es auswählt, in eurer Herz zu gehen. Statt darauf zu warten, dass die Welt euch einen Grund gibt, in euer Herz zu gehen. Daher rührt eure Macht.

Das bist Du und Deine wirkliche Macht. Gib dem Gefühl einen Namen. So dass Du das Gefühl aufrufen kannst, wann immer Du willst. Sobald ihr einen Namen habt, bitte ich euch, noch einmal tief Luft zu holen. Und während ihr loslasst und ausatmet, verankert das Gefühl und seinen Namen. In eurem Wesen. Es ist jetzt ein Teil von euch. Öffnet jetzt wieder die Augen. Habe doch gesagt, dass ihr vielleicht ein Taschentuch braucht. Hat Emanuel eine großartige Stimme? Was für ein mächtiger Song. Wenn ihr wirklich darüber nachdenkt, was gerade geschehen ist. Und worüber er gesungen hat. Die Möglichkeiten sind immens. Als die herausfanden, dass diese Geschichte das Leben von hunderttausenden von Menschen weltweit berührte, waren die so begeistert, dass ich bei meiner Rückkehr zu einem Essen mit Emanuel eingeladen wurde. Oder zum Abendessen. Ein Treffen auf die ein oder

andere Weise. Und wenn wir das machen, dann werden wir das filmen und ich zeige es euch das nächste Mal. Ich habe ihn noch nicht getroffen, freue mich aber darauf. Die Geschichte geht also weiter und wird sich noch vollenden. War das nicht ein toller Song? Hat er das nicht großartig gemacht? Wie fühlt ihr euch jetzt?

Sagt mir, was ihr in eurem Herzen spürt? Was fühlst Du? Mitgefühl. Ah ... Fühlt sich das, was ihr jetzt spürt anders an als gestern bei der Übung? Das tut es. Und deshalb wollte ich, dass ihr dieses Erlebnis habt. Wenn wir die Schritte durchgehen, ist es gut, die Technik zu lernen. Unterbewusst sind wir in unserer Kultur so daran gewöhnt, Dinge mit unserem Verstand zu tun, sogar dann, wenn wir sagen, dass wir bewusst sind, dass wir spirituell weiter sind, oder sagen, dass wir eine Million Hay House Workshops besucht und alle Bücher gelesen haben.

Das geschieht mit gutem Willen, und das ist alles wirklich gut, aber wir können das nicht verhindern, unsere Kultur, unsere Gesellschaft konditioniert uns, auf unserem Verstand fokussiert zu bleiben. Insbesondere für Männer, und ich möchte die Männer, die an diesem Kurs teilnehmen, hervorheben, da es viel Mut braucht, wenn man in unserer Gesellschaft Mann ist, sich ein Herz zu fassen und mit der eigenen Verletzlichkeit offen umzugehen. Und das Faktum, das er in seinem Körper durch sein Herz mehr Macht hat, als er sich je vorstellen könnte, durch all die Konditionierung, die er sein Leben lang erfahren hat. Und ich finde es faszinierend, dass diese Macht im Westen bei Männern geringgeschätzt wurde.

Jetzt – deshalb ist Kontext so wichtig – leben wir in einer Zeit der Extreme. Wir werden an die absolute Grenze dessen gedrückt, was wir über uns denken und glauben zu sein. Darum geht es in diesem Kurs. Und wir werden das sehr tief durchdringen, bis in unser Unterbewusstsein. Doch dass die Männer bereit sind, ihre Herzen so zu berühren, ehrt mich.

Ich danke euch für euer Vertrauen. Und ich bin dadurch sehr ermutigt, weil ich glaube, dass es das braucht, Mann und Frau zu sein, in dieser Welt, in der wir leben. Um die Welt, wie wir sie kennen, in die Welt, die wir nun als möglich erkennen, zu führen. Danke euch allen, dass ihr bereit seid, das zu tun.

# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 1:

Eine reflektierte Realität



Eine gespiegelte Realität Ich möchte mit euch über die göttliche Matrix sprechen. Wir haben schon festgestellt, dass das Feld existiert. Okay? Da ist etwas. Es ist überall. Es ist nicht so, als wäre es dort. Es ist überall. Und wir sind Teil davon. Es ist ein lebendes, pulsierendes, vibrierendes, pochendes Energiefeld. Klang das nicht toll? [Gelächter] Es ist dieses lebendige Energiefeld, das immer präsent ist, und es reagiert ständig auf uns. Ganz gleich, ob wir diese Reaktion wahrnehmen oder ob nicht, der Schlüssel ist, dass wir die Fähigkeit haben, mit diesem Feld zu kommunizieren.

Und als ich das als Wissenschaftler zum ersten Mal verstand, ich habe das als Wissenschaftler erforscht, da hat es intuitiv sofort Sinn ergeben. Ergibt es nicht Sinn, wenn wir wissen, dass wir kein zufälliges Ergebnis der Biologie sind? Wir sind nicht zufällig hier. Das ist es, was wir in der Pyramide gesehen haben. Der Ursprung des Lebens ist nicht völliger Zufall. Der Ursprung des Menschen ist kein bloßer Zufall. Wir haben die Alternative nicht wirklich erkundet, weil es nicht Teil des Kurses ist, aber ich werde das noch kurz streifen.

Das Faktum aber, dass wir kein zufälliges Nebenprodukt der Biologie sind, sagt mir intuitiv, und das ergibt sehr viel Sinn, dass es für uns eine Möglichkeit gibt, mit dem zu kommunizieren, woraus diese Welt besteht. Warum würden wir hier auftauchen, isoliert, allein und ohne Möglichkeit mit der lebendigen Essenz dieser Welt zu kommunizieren? Das ergibt intuitiv, nicht als Wissenschaftler, keinerlei Sinn. Fühlt sich nicht richtig an. Es ergibt keinen Sinn. Warum wäre das so? Hier geht es jetzt also um die Wissenschaft. Wir bewegen uns jetzt Richtung Wissenschaft, die uns zeigt, dass wir eben in der Lage sind, mit diesem Feld, der göttlichen Matrix zu kommunizieren. Auf eine Weise, die das Feld versteht. So wie wir gesagt haben, dass man um mit dem Unterbewusstsein zu kommunizieren, eine Sprache benutzen muss, die das Unterbewusstsein versteht. Das Gleiche gilt für die göttliche Matrix. Hier geht es darum, den Code zu verstehen, worum sich alles dreht.

Ich beginne mit einer Behauptung. Wir leben in einer gespiegelten Welt. Das ist eine große Behauptung. Wir leben in einer gespiegelten Welt. Ich erzähle euch kurz eine Geschichte. Darüber, wie real das ist. Eine gespiegelte Welt liegt vor, wenn die Welt, die uns umgibt, so stark mit uns verbunden ist, dass es eine Interaktion gibt, ob wir das erkennen oder nicht. Einer der ersten Orte, an denen ich das sehen konnte, war, wie ich euch schon erzählte, in Ägypten 1986. Ich sah die Tempelmauern, und die zeigten alle auf die Anden im Süden Perus und Boliviens. Um die Geheimnisse unserer Vergangenheit herauszufinden, war ich 1989 zum ersten Mal in Peru. Eines der Dinge, die ich damals von einem Typen, mit dem ich arbeitete, herausfand, die indigene Bevölkerung hatte keine Elektrizität.

Das wusste ich, aber in diesen extremen Höhen verfügten sie auch nicht über die medizinische Versorgung, die wir in unseren heutigen Städten kennen, aber sie haben Wege gefunden, viele dieser Aufgaben zu ersetzen. Wenn also jemand krank wurde, haben die eine sogenannte Dschungel-Röntgenaufnahme gemacht. Wenn man sehr tierlieb ist, klingt das ein bisschen grausam, und es wird mit viel Pietät gemacht. Das wird nicht sorglos einfach so gemacht, aber die haben das Wissen, die sind so stark mit ihrer Welt und dem Feld und dem ganzen Leben verbunden, dass das, was in einem Wesen als Rätsel geschieht, bei einem anderen Wesen auf einem anderen Level gespiegelt wird.

Das vielleicht bekannt ist. Was sie also tun, wenn jemand sehr krank wird und nicht klar ist, was es ist, und sie das nicht herausfinden, und sie eine Diagnose benötigen, dann gibt es eine Fülle an Meerschweinchen in den südlichen Anden. Die werden dort für alles Mögliche genutzt. Seine Schwägerin. Ich fragte ihn, was sie gemacht haben, und er beschrieb mir dies, er sagte, sie haben eine Dschungel-Röntgenaufnahme gemacht. Ich fragte: »Was bedeutet das?« Er sagte: »Wir haben ein Meerschweinchen genommen. Und wir haben es über ihren Körper geführt, ein lebendes Meerschweinchen.

Für die Ernährung, da es keine Kühlschränke gibt, haben sie so frisches Fleisch von Meerschweinchen. Und sie nutzen sie für medizinische Zwecke und zur Diagnose. Und als ich da war, hat mir mein Führer Folgendes erzählt, jemand in seiner Familie wurde krank und sie wussten nicht, was es war. Ein paar Mal über das Energiefeld ihres Körpers.

Dann haben wir das Meerschweinchen getötet und untersucht, um zu sehen, was in dem Meerschweinchen passierte, weil das ein Spiegel zu dem ist, was in dem Menschen vor sich geht. Die Energie des Meerschweinchens wird nicht gefiltert, es gibt keinerlei Beurteilung keine Vorurteile, keine Ängste kein Selbstbewusstsein. Es ist also unmittelbar. Wenn das Meerschweinchen in die Nähe einer Krankheit kommt, wird es diese sofort spiegeln. So... [Ploppgeräusch]. Sofort. Das wissen sie. Das Meerschweinchen ... In diesem Fall war es ein Problem mit der Leber. Und sie fanden das Problem in dem Meerschweinchen und wussten dann, was mit der Schwägerin los war und gaben ihr Kräuter für ihre Leber. Disteln und ähnliches. Und sie wurde wieder gesund. So real ist die gespiegelte Welt. Ich war in Tibet – das war ein paar Jahre später in einer kleinen Gruppe. Dort sah ich etwas, was mir diese Realität vor Augen führte.

Ich erzähle euch das. Vielleicht liegt es daran, dass ich in 3600 Metern Höhe war, 16 Tage lang, vielleicht die seltsame Atmosphäre, der blaue Himmel denn ich war ekstatisch ... Je höher der Ort, desto glücklicher bin ich. [Gelächter] Wir befinden uns auf Normal Null hier, hier geht es mir gut. Mir geht es wirklich, wirklich gut. Wir leben 2400 Meter über dem Meeresspiegel und da geht es mir noch besser. Wenn ihr je mit mir reist, wenn ich Gelegenheit habe, mit euch zu reisen, dann verspreche ich euch, dass ich uns egal, wo wir sind, zu den höchsten Orten bringe, die ich finden kann. Denn mein Spezialgebiet ist das Reisen in extreme Höhen. Nach Tibet. In die Anden von Peru. In die Berge Ägyptens. Und die Vorgehensweise, um uns an diese Orte zu bringen, damit wir sie auf eine verantwortliche Weise erleben und wun-

derbare Erfahrungen machen können. Ich bin also ekstatisch in 3500-4500 Metern Höhe. Ich bin da [Zischgeräusch] Das hat also vielleicht dazu beigetragen. Folgendes ist passiert. Wir saßen in diesem Bus. Die gehören zu unserer Gruppe. Wir sind diese alte Straße lang. Und weil wir von hoch oben kamen, konnte ich in der Kurve in einen See hineinsehen, der unter uns war, und ich sah etwas in diesem See, das so schön war. Es ergab zunächst keinen Sinn. Ich fragte mich, was ich da sehe. Hier ist ein Bild, von dem, was ich sah, als ich in den See schaute. Ich sah in den See herunter und sah das. Es war die Spiegelung eines Buddhas. Ich konnte aber nicht sehen, wo der Buddha her kam. Ich konnte nur das Spiegelbild sehen. Und ich fragte mich, woher das nur kam. Und als wir um die Kurve herum kamen, bekam ich eine andere Perspektive, einen anderen Blickwinkel.

Dann sah ich dieses Bild, das in die Seite des Berges geritzt worden war. In dem Augenblick dachte ich, dass es ein perfektes Beispiel dafür war, wie unsere Realität funktioniert. Wir sehen unsere gespiegelte Realität überall um uns herum, wir können nur nicht immer sehen, was gespiegelt wird. Wir können die Realität nicht sehen. Darum geht es im Film The Matrix. The Matrix dreht sich um eine Welt, die wir sehen können und die nur eine Spiegelung einer anderen Welt ist, die wir aus unserem Blickwinkel nicht sehen können. Sie existiert, wir können es nur nicht sehen, weil wir auf der anderen Seite des Berges sind.

# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 2:

Die Geschichte von Corey Sue

Die Geschichte von Corey Sue Wir leben in dieser gespiegelten Realität und ich habe das Beispiel des Dschungel-Röntgenbilds erzählt. Ich erzähle euch eine weitere Geschichte, die mich persönlich sehr berührt. Ich habe meine Mutter jeden Sonntag angerufen, egal, wo ich war. Nur zum Klönen. Eines Sonntags rief ich meine Ma an. Ich war in den USA, nicht verreist. Und ich fragte sie: »Wie geht es Dir?« Und sie antwortete: »Mir geht es gut, aber ich mache mir Sorgen um meinen Hund.« Sie hatte dieses wunderschöne kleine Hündchen namens Corey Sue. Corey Sue ist ein Border Terrier. Ich bin ihr ältester Sohn, ich habe einen jüngeren Bruder und das war sozusagen unser Geschwister. Sie steht im Testament und alles [Lacht] ... Das ist sozusagen der zweite Bruder, den ich nie hatte.

Nur, dass sie weiblich ist. Ma sagte also, sie sei besorgt um Corey Sue. Und ich fragte sie: »Was ist los?« Sie sagte: »Sie verhält sich seltsam. Ich habe sie zum Tierarzt gebracht.« Dort wurden Röntgenaufnahmen gemacht. Normale Röntgenaufnahmen ... Und sie hat schwarze Flecken auf ihrer Lunge. Und es wird schlimmer. Ich sagte: »Wow«. Und sie: »Was denkst Du dazu, Gregg?« Und ich sagte: »Nun, Ma, ich mache mir natürlich um Deinen Hund Sorgen, aber in meiner Welt sind unsere Häuser, Autos, unsere Freunde, unsere Haustiere Spiegel von etwas, das in uns vor sich geht. Ich mache mir also eher Sorgen um Dich. Und was mit Dir passieren könnte. Was sagt Dir Corey Sue über Deine Welt?« »Warst Du mal beim Arzt?« Und sie sagte: »Nein, aber es ist Zeit. Ich bin ein bisschen spät dran.« Und ich fragte sie: »Warum bist Du noch nicht?« Und sie: »Ach, ich schiebe es vor mir her.« Ich sagte: »Ma, tu mir den Gefallen und geh.«

Sie ging also zum Arzt und als ich sie den darauffolgenden Sonntag sprach, fragte ich sie: »Ma, warst Du beim Arzt?« Sie antwortet: »Ja.« Ich sagte: »Was mit Corey und den schwarzen Flecken auf der Lunge passiert, macht mich besorgt, was mit Deinen passiert.« »Wurden Deine Lungen untersucht?« Darauf sie: »Das ist der Teil der Untersuchung, den ich verschoben

habe.« Ich fragte sie also, warum sie das nicht gemacht hat. Und sie: Nun ich habe so viel zu tun.« Sie sagte: »Ich will das Haus streichen.« »Ich versuche den Garten winterfest zu machen.« Ich sagte ihr: »Ma, was soll das?« Ich sagte ihr wirklich: »Geh und mach das verdammte Röntgenbild!« »Mach's einfach!« Und sie hat es immer wieder verschoben. Als sie dann endlich ihr Röntgenbild machen ließ, zeigte die Aufnahme, dass sie einen Fleck auf ihrer Lunge hatte. Als meine Mutter noch klein war, hatte sie Tuberkulose. Und das kommt häufiger vor. Manchmal, wenn man TB hat, haben die Leute das, wenn sie jung sind, und es heilt von allein, und der Körper umkapselt es, es umschließt die TB mit einer Kalzifizierung um den Rest des Körpers davor zu schützen.

Und wenn jemand lang genug lebt, kann sich aus der Kalzifizierung ein Krebs entwickeln. Das war es, was meiner Ma geschehen ist. Bei ihr wurde Lungenkrebs diagnostiziert. Und sie sagte: »Du glaubst doch nicht, dass das etwas mit Corey Sue zu tun hat.« Und ich sagte ihr: »Ma, in meiner Welt hat das absolut etwas mit Corey Sue zu tun.« Da wir in einer gespiegelten Welt leben. Sie meinte, dass sie nicht genau wisse, was das bedeute. Wir hatten ein langes Gespräch in einem Village Inn mit einer Schüssel Haferflocken. Um eine lange Geschichte noch länger zu machen.

Nein, um eine lange Geschichte sehr kurz zu machen: Meine Mutter wurde operiert. Ich erzähle euch die Geschichte doch, denn ... Ich ging mit ihr, sie wurde mit Krebs diagnostiziert, sie sagten ihr, dass sie operiert werden müsse, und dass wir einen Chirurgen finden sollten. Ma fragte mich: »Gregg, begleitest Du mich, den richtigen Chirurgen zu finden?« Ich sagte ihr: »Gern. Ich bin aber viel unterwegs, Du machst die leichte Arbeit, machst Termine mit allen und an einem Nachmittag gehen wir dann zu allen.« Das war alles im gleichen Krankenhaus, ein Uniklinikum in Albuquerque, New Mexico. Ich sagte also: »Du machst die Termine, und dann machen wir das.« Das tat sie. Es waren drei Ärzte. Wir zogen also los und sprachen mit allen drei Ärzten.



Den ersten Arzt mochte ich ganz gern. Er war sehr sachlich, hatte keinen Humor. Was ich aber für wichtig halte. Ich ließ Ma die ganze Zeit reden. Und dann stellte ich eine Frage. Als letzte Frage. Meine Frage ging so: »Herr Doktor, vielen Dank für das Gespräch bisher, ich habe eine Frage. Wenn Sie im OP-Saal sind, welche Rolle glauben Sie spielt Gott, wenn Sie mit dem Körper eines anderen Menschen arbeiten?« Ich meine buchstäblich. Chirurgen haben ihre Hände in den Körpern anderer Menschen. »Welche Rolle spielt Gott?« Der erste Arzt hat mir nicht mal geantwortet.

Er ist einfach rausgegangen. Da sagte ich: »Ma, das ist nicht Dein Arzt.« Und dem zweiten Arzt stellte ich die gleiche Frage. Und er stotterte und lachte, und er fragte mich: »Ist das Ihr Ernst?« Und ich sagte: »Das meine ich todernst.« Lebens-ernst! Auch er antwortete mir nicht und ging einfach raus. Der dritte Arzt, der ein sehr stämmiger Mann mit deutschem Akzent war, ein wirklich toller Typ, großartiger Sinn für Humor, er lachte, hörte fast nicht mehr auf, vermutlich lacht er sogar während der OP, keine Ahnung.

Ich fragte ihn also, und er begann aus dem Bauch heraus zu lachen, es ging also Hahaha... ich fragte ihn: Welche Rolle spielt Ihrer Meinung nach Gott, wenn Sie im OP stehen und ihre Hände in einem anderen Lebewesen haben?« Und er lachte nur ... Hahaha... und sagte dann: »Wer, glauben Sie, arbeitet denn durch diese Hände, wenn sie im Körper eines anderen Lebewesen sind?« Und ich sagte: »Mum, das ist Dein Arzt!« [Gelächter] Sie wurde also operiert. Und ich bereitete Ma darauf vor. Sie trank zwei Wochen lang Säfte, nahm Ergänzungsmittel. Und der Arzt kam aus der OP und sagte: »Keine Ahnung, was Sie mit ihrer Ma gemacht haben!« Er sagte, dass sie nur wenig geblutet habe, dass es nur wenig Schwellungen gebe, Sie haben nur den unteren Lappen ihrer linken Lunge entfernt. Er sagte: »Sie wird wieder gesund.« Es brauchte ein paar Wochen, bis sie wieder auf den Beinen war. Das war 2000. Seit 15 Jahren ist sie krebsfrei. Danke. Ich hatte ihr gesagt, dass es Alternativen gibt. Und sie sagte: »Ich weiß das. Ich habe Deine

Vorträge gesehen.« Sie sagte: »Für mich ist das aber nicht das Richtige. Ich möchte das einfach nur raus haben.« Und ich verstand das. Ich habe das respektiert. Ich habe sie dabei unterstützt. Und ihre Psychologie ... da sie nun wusste, dass es weg war, hat sie so sehr befreit, dass sie Veränderungen in ihrem Leben vornehmen konnte. Also Ernährungsumstellung, Training und solche Sachen. Der Fakt, dass sie wusste, dass es weg war, hat ihr die Freiheit gegeben, diese Dinge anzugehen. Ich sage das ohne Vorurteil. Jeder funktioniert anders. Der Grund, weshalb ich das erzähle, ist, nachdem Ma wieder Zuhause war, hat sie Corey Sue nach ein paar Wochen wieder zum Tierarzt gebracht, um herauszufinden, wie ihr Krankheitsverlauf war. Und der Tierarzt sah das Tier an und fragte meine Ma: »Wieso haben Sie das Tier hergebracht?« Meine Ma antwortete: »Um die schwarzen Flecken auf ihrer Lunge zu überprüfen.« Und der Arzt sagte: »Da sind keine schwarzen Flecken...«

Die waren verschwunden. Mich überrascht das nicht. Denn in einer gespiegelten Realität dauert die Spiegelung nur solange, wie es etwas gibt, das es zu spiegeln gibt. Corey Sue hat den Zustand meiner Mutter so gespiegelt, wie ihr Körper es auszudrücken vermochte, und unsere Haustiere leisten das oft für uns, unsere Haustiere übernehmen die Krankheit oder den Zustand, und wenn wir die Weisheit besitzen, in der bedingungslosen Hingabe an uns das zu erkennen, manche nennen es Liebe ... Ich kann es nicht Liebe und auch nicht Akzeptanz nennen. Ich weiß nicht, was sie fühlen. Aber sie akzeptieren uns bestimmt. Ich glaube, dass sie uns lieben.

Ich glaube, dass unsere Hunde und Katzen uns ... Wir haben einen Fisch namens Mr. Merlin. Mr Merlin ist ein Kampffisch, er ist nicht sehr sozial, er kann nicht mit anderen Kampffischen ins Becken, das wisst ihr vielleicht. Aber ich liebe ihn. Er ist so süß. Einfach ein süßer kleiner Fisch. Wenn ich ihn morgens füttere und auf die eine Seite gehe, dann weiß er, dass er Futter bekommt. Er hat diese kleinen Flossen, direkt an seinem Kopf und mit

denen flattert er, und ich stell mich vor ihn und mache dann [gestikuliert] Er flattert zurück. Und wenn ich einen flattere, flattert er mit einem zurück. Hallo, Mr Merlin! Ich liebe sie also. Und ich glaube, dass da Liebe ist. Ich kann es aber wissenschaftlich nicht beweisen. Ich glaube bloß, dass es eine Liebe zwischen Tieren und Menschen gibt. Unsere Tiere können uns so sehr bedingungslos lieben, dass sie Erkrankungen unseres Körpers an uns spiegeln sogar noch bevor sie in unseren eigenen Körpern auftauchen. Wenn wir weise genug sind, zu erkennen, was ihre Liebe uns zeigt, können wir gemeinsam heilen. Wenn wir nicht die Weisheit haben, das zu erkennen, wenn wir uns weigern, diesen Zusammenhang zu sehen und zu akzeptieren, dann sagen die Menschen oft: »Ich habe ein schlechtes Haustier. Es ist andauernd krank. Ich muss mir ein Neues holen.« Und in Wirklichkeit lieben sie uns so sehr, dass sie uns helfen wollen, ganzheitlich und vollständig zu werden und uns selbst zu heilen. So umfassend funktioniert unsere gespiegelte Realität.

# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 3:

Den Code lesen

Den Code lesen Beim Lesen des Codes muss man sich fragen: »Wenn wir in einer gespiegelten Welt leben, dann funktioniert das nicht nur manchmal, wenn es eine Spiegelung ist, dann ist die immer da. Ich möchte kurz fragen ... Wenn ich gespiegelte Realität sage... Ich habe Beispiele genannt ... Ergibt das Sinn für euch, was ich sage. Versteht ihr, was ich meine? Dieses lebende, pulsierende Gefühl, nicht wie ein Bildschirm, der dort drüben ist. Es ist ein Schirm, der überall und jederzeit ist. Du kannst nicht davor stehen, Du kannst nicht dahinter stehen. Denn Du bist ES. Du bist das Kunstwerk und zugleich der Künstler.

Du bist die Farbpigmente wie auch die Pinsel bei diesem Meisterwerk, das wir in unserem Leben in der heutigen Welt anfertigen. Man kann den Künstler nicht von dem Kunstwerk trennen. Denkt darüber nach. Wie weit geht es also? Was sagt Dir die Welt? Was sagt Dir die Welt? Was sagt Dir Dein Auto? Denkt mal darüber nach. Ich besaß einen Pontiac von 1986, den ich von meinem Zuhause in Denver, Colorado zu meiner Arbeitsstelle in der Verteidigungsindustrie in den Bergen von New Mexico, meine Firma war nicht in der Stadt, sie besaß eine Niederlassung in Dear Creek Canyon, wenn ihr euch in Denver, Colorado auskennt. Und ich liebte das Auto, ich kümmerte mich wirklich gut darum. Während ich es besaß, bin ich über 480.000 Kilometer damit gefahren. Alles mit dem Originalmotor.

Es hat wirklich gut funktioniert. Als ich begann, als Autor auf Tour zu gehen, besaß ich das Auto immer noch. Ich lebte vier Stunden vom Flughafen Albuquerque entfernt und bat einen Freund, mich in meinem Wagen hinzufahren und dann ein paar Wochen später abzuholen. Damit ich keine Parkgebühren zahlen musste. Und jedes Mal war es so, dass mein Auto, das so gut für mich funktionierte, was glaubt ihr, was passierte, wenn mein Freund es fuhr? Irgendwas war immer. Immer gab es ein Problem. Bremsen, Getriebe, was auch immer. Probleme mit dieser Person. Ich brachte den Wagen also zur Reparatur und sagte: »Mein Freund hat folgendes Problem bemerkt.«

Und der Mechaniker sagte: »Nun, jetzt ist es nicht da.« Ist euch das schon mal passiert? Es gibt ein Problem mit Deinem Auto, Du bringst es in die Werkstatt, und dort angekommen, macht es nicht mehr das, was es zuvor getan hat, und der Mechaniker sagt: »Keine Ahnung, was ich tun soll.« Nun, unsere Autos ... spiegeln Emotionen. Unsere Fahrzeuge spiegeln, was in uns vor sich geht. Hier ist etwas, das ihr anwenden könnt. Wenn ihr ein Fahrzeug habt, das muss gar nicht euer eigenes sein, lediglich eins, das ihr regelmäßig benutzt. Wenn ihr ein Problem damit habt, schaut euch den Part des Wagens an, der das Problem aufweist, findet heraus, was es ist: die Bremsen, der Motor, das Getriebe ... Und dann fragt euch, welche Rolle dieses Teil dabei spielt, das Fahrzeug fahren zu lassen.

Ob die Bremsen gehen ... Das Getriebe ist sehr interessant. Das Getriebe nutzt die Energie des Motors und konvertiert diese in etwas Nützliches. Fragt euch: »Wie könnte das metaphorisch mit meinem Leben zu tun haben?« Künstler sind immens kreativ, das bedeutet, dass ihr Motor ständig auf Hochtouren läuft. Und wenn die aber nicht davon leben können, ihre Kunst zu teilen? Ich habe euch bereits ein Beispiel genannt ... Ich kann euch gar nicht sagen, wie viele Künstler Probleme mit dem Getriebe bei ihrem Wagen haben. Und sie sagen: »Vielleicht habe ich ein schlechtes Auto?«

Darauf antworte ich: Vielleicht hast Du ein Auto, das eine Realität spiegelt, die du erst noch zu erkennen lernen musst. Der Motor hilft ihnen ... das ist der kreative Prozess, tolle Maler, Sänger, Songwriter, die es einfach nicht in die Welt tragen können. Das ist das Getriebe. Oder die Bremsen. Ich kenne Leute, deren Karriere explodierte, Autoren, die von Hay House angenommen wurden. Ich kenne eine Autorin, die von Hay House angenommen wurde, die so schnell erfolgreich wurde, dass sie in nur einem Jahr zwei Mal neue Bremsbelege brauchte. Und ich sagte: »Wie hoch sind die Chancen, dass sowas passiert? Was sagt Dir das? Wenn Deine Bremsen eine Metapher für alles sind, was in Deinem Leben passiert?« Und sie sagt: »Meine Bremsen

sind außer Kontrolle, ich habe keine Zeit mehr für mich selbst, meine Familie. Und ich sagte zu ihr: »Siehst Du ...« Wenn ihr das noch nie gemacht habt, bitte ich euch, das zu tun. Schaut euch das Fahrzeug an, dass ihr seit Jahren fahrt, wenn ihr eins habt, das ständig Probleme hat, schaut, welcher Part betroffen ist, und fragt euch, wozu dieser Bereich des Wagens zuständig ist und wofür das eine Metapher in eurem Leben sein kann. Ihr werdet staunen. Selbst bei ehemaligen Fahrzeugen. Denn während ihr die Erfahrungen in eurem Leben heilt, wird euer Auto besser funktionieren. Ergibt das Sinn? Ihr versteht also, worauf ich hinaus will.

Das Gleiche gilt für unser Zuhause. Ich erzähle euch ein Beispiel. Diese Geschichte ist mir vor ein paar Jahren geschehen. Interessanterweise ist letzte Woche einem Freund etwas Ähnliches geschehen. Im Rahmen von Hay House Orlando, Florida. Mit einem Freund zu Abend essen. Wir sind also mit der Welt verbunden. Wir sind mit unserem Zuhause verbunden. Wir sind auch mit unseren Beziehungen verbunden, und darauf zielt das alles ab. Wir kommen da langsam hin. Okay? Ich habe also eine Freundin in der Bay Area. Und wir treffen uns gelegentlich, eine Frau, die ich seit Jahren kenne. Wir haben Musik zusammen gemacht. Und als ich in der Bay Area lebte und bei Cisco gearbeitet habe, traf ich sie etwa einmal die Woche. Und sie befand sich gerade in einer sehr interessanten Beziehung.

Sie war mit einem Mann etwa 11 Jahre zusammen. Sie nannte es das »endlose Date«. Denn sie schienen nicht in der Lage, es auf die nächste Ebene zu führen und zu heiraten. Und sie schienen auch nicht in der Lage, die Beziehung zu beenden und Schluss zu machen. Die waren festgefahren. Und sie war sehr frustriert und wusste nicht, was sie tun sollte. Ich traf sie also an einem Donnerstagnachmittag und fragte: »Wie geht es Dir?« Und sie meinte: »In meinem Haus passieren seltsame Dinge.« Und ich sagte: »Wirklich? Erzähl mal.« »Was ist es denn?« Und sie meinte: »Nun, ich saß mit meinem Süßen auf der Couch, wir sahen fern. Und wir haben dieses laute Geräusch,



einen wahnsinnig lauten Rumms aus dem Badezimmer gehört.« Ich fragte: »Was ist geschehen?« Und sie: »Wir waren nicht drin.« Ein Rohr war geplatzt und hat die Tür des Badezimmerschranks aus ihren Angeln und in das Rigips auf der anderen Seite der Badezimmerwand geschossen. Ich sagte: »Wow, das ist seltsam.« Und sie: »Das ist noch nicht alles! Wir sind dann raus in die Garage, um mit dem Wagen zum Baumarkt zu fahren, um das zu reparieren und es war heißes Wasser überall auf dem Garagenboden, weil der Boiler explodiert ist. Und ich sage: »Was meinst Du, was das...« Und sie: »Ich bin noch nicht fertig.

Wir fahren also die Einfahrt herunter.« Die besaßen einen Pontiac Fiero und fahren die Einfahrt herunter, um zum Baumarkt zu fahren, um den Badezimmerschrank und den explodierten Wasserboiler zu reparieren. Sie sagte, dass der untere Kühlschlauch geplatzt sei und überall heiße Kühlflüssigkeit gewesen wäre, überall auf der Einfahrt verteilt. Ich sagte: »Wow!« Ich sagte: »All diese Dinge geschahen in weniger als einer Stunde. Und ich fragte sie: »Was ist gerade in Deinem los?« Und sie sagte sofort: »Oh mein Gott! Es ist unglaublich. Wir kommen nicht vorwärts und nicht zurück!« Sie sagte: »Es ist unglaublich.

Unser Haus ist wie ein Dampfkochtopf!« [Gelächter] Dann hielt sie inne und sah mich an und sagte: »Du glaubst doch nicht, dass das irgendwas mit dem zu tun hat, was bei mir gerade passiert ist.« Wie bei meiner Mutter, die sagte: »Du glaubst doch nicht, dass Corey Sues Lungen etwas damit zu tun haben, was mit mir vor sich geht.« Und ich sagte meiner Freundin, was ich meiner Ma gesagt hatte. In meiner Welt hat das so ziemlich alles damit zu tun, da wir in einer gespiegelten Welt leben. Wir leben in einer gespiegelten Welt. Und diese Realität spiegelt nicht manchmal, sie spiegelt immer, aber manchmal ist es weniger offensichtlich als sonst. Emotionen sind in der esoterischen Tradition stark mit Wasser verbunden. Und dass Wasser, das unter Druck gesetzt wurde, irgendwo hin muss, Gefühle, Beziehungen,

intime Beziehungen. Dort finden wir die Emotionen, die uns unsere tiefsten Wahrheiten über das aufzeigen, was wir über unser Leben wirklich glauben. Darum geht es hierbei.

# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 4:

Der erste Spiegel der Beziehung

Der erste Spiegel der Beziehung Hier kommt die große Frage: »Was sagen Dir Deine Beziehungen?« Was sagen euch eure Beziehungen? Das könnte der intensivste Teil dieses Kurses werden. Und zwar weil es intim, persönlich, ehrlich und wahr ist. Und wenn ihr seht, wie diese Spiegel funktionieren, kann das so viel aussagen und ist so offenbarend, die Warnung lautet, sobald ihr verstanden habt, was wirklich bei euch passiert, dass ihr dann nicht mehr sagen könnt: »Ich verstehe das nicht.« Und das ist der Punkt, wo ihr Entscheidungen treffen müsst. Zwischenmenschliche Beziehungen sind seit Jahrtausenden Quell von Rätseln und Anlass zu Introspektion. Die Assyrer wussten schon, dass es Spiegel von Beziehungen gibt.

Die sich in unserem Leben zeigen und dass es sequentielle Spiegel sind. Was ich damit meine, ist Folgendes: Manchmal ist es schwieriger die komplexeren Spiegel zu sehen. Bis wir die simpleren erkannt und angenommen haben. Wir müssen also erst diesen verstehen, um uns jenem widmen zu können. Dann diesen vor jenem. Manchmal funktioniert das so. Einer der Orte, wo ihr diese Spiegel findet, ist ein Text, den ich schon zuvor im Kurs erwähnt habe. Mit voller Absicht, damit wir uns jetzt darauf beziehen können. Die Assyrer waren nicht nur Experten darin, den Körper zu heilen, sondern auch bei der Heilung von Emotionen. Und einer der größten Lehrer der assyrischen Traditionen war Jesus.

Ich werde also über Jesus als Lehrer sprechen, der die Männer und Frauen die ihn um Raten baten, lehrte. Nicht über Jesus als religiöse Figur. Könnt ihr das unterscheiden, ist das okay? Es geht um Jesus als weisen Mann und Lehrer und nicht um irgendeine religiöse Ikone. Warum er so weise war? Habt ihr je von den 18 fehlenden Jahre im Leben Jesu gehört? Die fehlen, weil man sie aus dem Text herausgenommen hat. Doch wenn man andere Teile der Welt bereist, gibt es klare Anzeichen dafür, dass Jesus nach Indien gereist ist. Man hat ihn in Indien bemerkt, da er buddhistische Traditionen studiert und gemeistert hat. Und das in einer sehr kurzen Zeitspanne. Wozu

andere ein ganzes Leben brauchten. Und dann ging er weiter nach Tibet. Und als ich in Tibet war, sprachen sie über und referenzierten Jesus. Issah, war der Name, den sie nutzten. Jesús ist ein anderer Name, den man an anderen Orten der Welt benutzt. Er studierte und meisterte die buddhistischen Traditionen Tibets. Er studierte und meisterte diese Dinge in einer kurzen Zeit. Dinge, die einen durchschnittlichen Menschen eine ganze Lebenszeit kosten würden. Nur um die das Wissen zu verstehen. Daher hat man ihn bemerkt. Er ist durch Ägypten gereist und hat dort das Gleiche gemacht.

Als er also damit begann, mit den Leuten zu arbeiten, die ihm folgten, mit seinen Jüngern, da stellten sie ihm Fragen. Es gab einen Mann, der mitschrieb. Sein Name war Didymos. Didymos Judas Thomas. Auch schlicht als Thomas bekannt. Als Schreiber erstellte er dieses Evangelium. Das Thomasevangelium. Und im ersten Satz des Thomasevangelium heißt es, wenn man es übersetzt, es ist auf Griechisch und Aramäisch verfasst, dort steht: Dies sind die geheimen Worte des lebenden Jesus, die Didymos Judas Thomas aufgeschrieben hat. Das ist also die Einführung. Und er fährt also fort und stellt sie vor. Und einiges davon dreht sich um körperliches Heilen. Er spricht häufig in Parabeln, da dies der Weg schien, dass Leute eine Geschichte verstanden. Und ich werde einige dieser Spiegel durch einige seiner Parabeln mit euch teilen.

Das Erste, worüber er spricht, ist also das Feld, er nennt es Königreich. Er sagt, das Königreich ist in Dir und außerhalb von Dir. Er sagt, dass es nichts gäbe, was sich nicht manifestieren würde. Man kann nicht verstecken, was vorhanden ist. Es ist immer da. Und er setzte fort, indem er über menschliche Beziehungen sprach. Unsere intimsten Beziehungen sind das, wo wir am verletzlichsten sind. Stimmt ihr zu? Mit Menschen, mit denen Du normalerweise Dein zusammenlebst, Dein Zuhause teilst. Die sehen Dich auf unterschiedliche Weise. In Deinen besten Momenten, wenn Du Dich schützt, wenn Du ungeschützt bist, an guten wie an schlechten Tagen. Und in diesen

intimsten Beziehungen zeigen sich die Spiegel unserer wahrsten Überzeugungen. Und die zeigen sich in anderen Menschen. Es ist nicht immer leicht, das anzusehen, und die Spiegel zeigen einem nicht immer, was man denkt. Deshalb möchte ich darüber sprechen. Denn es gibt unterschiedliche Spiegel. Damals in den 80ern, als die Selbsthilfe aufkam, gab es viele, die sagten – und ich habe das in so vielen New Thought, New Age Kreisen gehört, und zwar auf sehr grausame Weise. Okay? Und das wurde nicht auf sanfte Art gemacht. Die Leute beschuldigten Dich für das, was in Deinem Leben geschah. Ist euch das schon mal passiert? Vielleicht machen die das heute noch.

Die sagen: Du hast Krebs? Dann ist das Deine Schuld. Du hast eine schlechte Phase in Deinem Leben, es ist ein Spiegel dessen, wer Du bist. Wenn Du von negativen Leuten umgeben bist, ist das Deine Negativität. Wenn Du zur Arbeit gehst und einen fiesen Boss hast, und von böartigen Kollegen umgeben bist, dann ist das Deine Boshaftigkeit, Deine Negativität, die auf Dich gespiegelt wird. Schon mal sowas gehört? Okay. Ist es möglich, dass das passiert? Möglich. Und wenn es so ist, wenn es so einfach ist, dann ist es der erste Spiegel, über den wir gesprochen haben, wie er in der Nag Hammadi vorkommt. Und auf diese Art hat der Lehrer es seinen Schülern gesagt.

Der Meister sagte: Du liest das Gesicht des Himmels wie der Erde doch Du hast nicht den erkannt, der vor Dir steht und Du verstehst nicht, wie Du diesen Moment lesen sollst. Mit anderen Worten kannst du also die großen Dinge wie das Wetter interpretieren oder was auf dem Planeten geschieht und wie die Dinge und Menschen und Orte sich bewegen, doch wenn es um das geht, was sich im Augenblick direkt vor Dir befindet, dann hast Du noch nicht gelernt, es zu sehen. Das ist der Spiegel dessen, was im Augenblick geschieht. Wenn Du Dich in einer Situation befindest, in der Du von Negativität umgeben bist, und Du Dich fragst, ist das eine Reflexion von etwas,

das mit mir zu tun hat. Ist das meine Negativität? Dann ist einer der Wege, um das herauszufinden, in dem Du tust, was wir gemacht haben. Du verlagerst Deine Aufmerksamkeit von Deinem Verstand auf Dein Herz. Du atmest langsamer und sendest Deinem Körper die Signale ... Es ist sicher, an diesem Ort zu sein. Etabliere die Verbindung zwischen Deinem Herzen und Deinem Gehirn. Jetzt arbeiten zwei separate Organe in einem einzigen neuronalen Netzwerk, und Du bekommst Zugang zur Intelligenz des Herzens. Und dort stellst Du Dir die Frage – nicht in Deinem Verstand. Du fragst Dein Herz. Und wenn Du fragst: »Wird mir etwas gezeigt, was ich selbst mache? Meine Negativität? Meine Ängste? Meine Unfähigkeit, nett zu sein oder vergeben zu können?« Und wenn die Antwort lautet: Ja. Dann kann es so einfach sein. Das kann sein.

Manchmal ist es nur der Spiegel des Augenblicks. Das ist der erste Spiegel der Beziehungen. Er zeigt direkte Botschaften, die uns von unserer Umwelt gesendet werden. Okay? Wenn Du Dich also in Dein Herz begibst und dann fragst: Sind das die Dinge, mit denen ich zu tun habe? Ist es das, was mir gezeigt wird? Wenn Dein Herz ja sagt, musst Du nicht weiter suchen. Wenn ihr ehrlich sagen könnt – und ich gebe euch gleich ein Beispiel – wenn ihr ehrlich sagen könnt, was da passiert, das ist kein Spiegel. Das bin nicht ich. Irgendetwas anderes passiert gerade. Dann habt ihr es mit etwas anderem zu tun, dann ist es etwas, das darüber hinausgeht: der zweite Spiegel der Beziehungen.



# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 5:

Der zweite Spiegel der Beziehung Teil 1

Der erste Spiegel ist also recht offensichtlich, kein großes Rätsel. Es ist wie es ist. Man braucht nicht groß analysieren. Es ist einfach der Spiegel des Augenblicks. Manchmal aber trifft dieser Spiegel nicht zu. Und Du kannst versuchen, was immer Du willst, die Wahrheit ist, er passt einfach nicht. Und wenn das passiert, ist da ein anderer Spiegel oder ein Mix aus unterschiedlichen Spiegeln, die zusammenspielen. Es gibt einige dieser Spiegel. Sieben insgesamt. Sie haben unterschiedliche Qualitäten. Die ersten drei Spiegel intimer Beziehungen passen alle in eine Gruppe von Spiegeln gleicher Qualität. Mit denen beschäftigen wir uns hier. Im Buch »The Divine Matrix« habe ich die ersten fünf besprochen.

Und in einem älteren Buch mit dem Titel »Walking Between the Worlds«, ein selbst verlegtes, sind alle sieben Spiegel vertreten. In meinen Workshops für Fortgeschrittene nehmen wir uns die Zeit, Tage, um uns in der Tiefe mit den sieben Spiegeln zu beschäftigen. Da werden alle sieben angeboten. Die sind aber von so unterschiedlicher Qualität, von unterschiedlicher Natur im Verständnis, so dass es keinen Sinn ergibt, in dem Kontext dessen, was wir hier heute tun, über die ersten drei hinauszugehen. Wir schauen uns also genau die ersten drei Spiegel an. Das führt uns zu einigen sehr mächtigen Erkenntnissen, und es befähigt uns, es führt uns zu einer größeren Eigenständigkeit mit unserem eigenen Körper.

Manchmal passt der erste Spiegel also nicht. Wir haben also vielleicht einen zweiten Spiegel vor uns. Der zweite Spiegel zeigt sich in dem Thoma-sevangelium. Er sagt seinen Schülern: »Erkenne an, was sich bereits vor Deinen Augen befindet. Dann wird das, was vor Dir versteckt ist, sichtbar werden. Das nenne ich offensichtlich. Wenn man erkennt, was schon da ist, dann beginnt man zu verstehen, was man versteckt dachte. Und nichts könnte wahrer sein als der zweite Spiegel einer Beziehung. Der zweite Spiegel dreht sich um indirekte Botschaften. Und er zeigt sich oftmals bei Liebesbeziehungen, bei Freundschaften geschäftlichen Beziehungen. Und für

mich sind mal alle drei zur gleichen Zeit geschehen. Und ich erzähle euch jetzt, wie ich diesen Spiegel in meinem Leben verstanden habe. Ich habe die Firmenwelt verlassen, und zwar um 1 Uhr am 17. März 1990. Da bin ich aus der Tür gelaufen. Das habe ich bereits erzählt, will es nur noch mal betonen. Und ich lebte im Norden von New Mexico. In einem abgeschiedenen Anwesen, eine ehemalige Schule, die von den Steiner-Leuten gebaut wurde. Eine Steiner-Schule, die 1888 gebaut wurde. Das erste Gebäude auf dem Gelände, das ich gekauft hatte. Auf jeden Fall renovierungsbedürftig. Und es befand sich an einem wunderschönen Fleck Erde. Zu dieser Zeit kamen drei Menschen zugleich in mein Leben. Und das hätte mir schon ein Zeichen sein sollen.

Da hätte ich es merken können. Denn alles lief rund in meinem Leben. Und wenn alles so gut läuft, ist das normalerweise eine Gelegenheit für das Universum, auf den Plan zu treten, um Dir die Möglichkeit zu geben, Deine Meisterschaft in dem zu demonstrieren, was in Deinem Leben vor sich geht. Ihr habt vielleicht schon mal gehört, dass die Natur kein Vakuum ausstehen kann. Wenn alles im perfekten Gleichgewicht ist ... die Natur mag nicht im perfekten Gleichgewicht arbeiten. Die Natur strebt nach Harmonie, und sobald sie die Harmonie findet, beginnt sie sich zu verändern und in diesem Wandel steckt der Auslöser für neue Ebenen des Gleichgewichts. Höhere Evolutionszustände, höhere Bewusstseinsstufen.

Eine höhere Bewusstheit. Es geht immer um Veränderung. Wenn also jemand in einem Workshop zu mir kommt ... Das ist das Schöne ... Wir haben in unserem Leben nur dann Herausforderungen ... wir bekommen nur Herausforderungen, zu denen wir auch die passenden Werkzeuge haben, um sie zu lösen. Es ist ein Naturgesetz, dass ihr niemals einer Herausforderung oder einer Krise begegnet, für die Du nicht alles Notwendige hättest. Wenn also in Workshops Leute zu mir kommen, die mir sagen, wie durcheinander ihr Leben ist. Dann höre ich sehr genau zu. Und während ich dem ganzen

Drama in ihrem Leben zuhören, weiß ich, und das sage ich dann oft: »Ich weiß, dass ich in der Gegenwart eines großartigen Meisters bin, denn die einzige Person, die dieses Chaos in Dein Leben gebracht haben kann, ist die Person, die bereits über das Werkzeug verfügt, das Chaos wieder aufzulösen und die Harmonie darin wiederzufinden. So funktioniert die Natur. Dir wird nie, niemals etwas begegnen, für das Du nicht bereits die richtigen Werkzeuge hast. Oder um es andersherum zu sagen: Du wirst nur dann Gelegenheiten in Deinem Leben finden, wenn Du über die Werkzeuge verfügst, mit ihnen umzugehen. Du gehst also vielleicht durch einen Lernprozess, der dauert vielleicht einen Monat, vielleicht dauert er zehn Jahre. Und Du sammelst all diese Werkzeuge an.

Du weißt vielleicht nicht, wozu sie gut sind. Und dann kommt das letzte Stück des Puzzles zusammen, vielleicht unterschreibst Du den Vertrag als neuer Autor bei einem großen Verlag. Oder Du unterzeichnest einen Plattenvertrag. Oder Du machst eine große wissenschaftliche Entdeckung, und plötzlich verläuft Dein Leben in anderen Bahnen. Etwas geschieht. Du beginnst eine neue Beziehung, Du heiratest vielleicht, oder Du beendest eine Beziehung, lässt Dich scheiden. Etwas geschieht. Und dieses letzte bisschen, ist vielleicht das letzte Teil des Puzzles, das zusammenkommt und jetzt hast Du dieses vollständige, kompakte Werkzeugset, und die Natur gibt Dir ein solches Werkzeugset nicht, damit es herumliegt.

Der Moment, in dem Du das Werkzeugset hast, ist das das Signal an die Natur, dieser Meister ist jetzt in der Position, seine Meisterschaft zu demonstrieren. Dessen also, was sie erlernt haben oder behaupten, gelernt zu haben. Und das ist es, worum es bei diesem Spiegel geht. Ergibt es Sinn, wenn ich das so sage? Mein Leben lief richtig gut damals, und drei Menschen kamen in mein Leben. Und ich hätte es wissen müssen, das war in nur wenigen Tagen Abstand. Eine Liebe, eine Freundschaft und ein Geschäft. Und fast gleichzeitig haben mich alle drei verrückt gemacht. Das war mein Hinweis.

Ich habe die Schwierigkeiten herausgerechnet. Ich sagte: »Nun, ich muss jetzt verreisen. Ich kümmere mich einfach darum, wenn ich wieder da bin.« »Ich muss diesen Vortrag halten, ich kümmere mich nächste Woche darum.« Ich schob es weiter auf. Ich hatte eine Weile lang keine Liebesbeziehung, ich begab mich also vorsichtig in eine neue Beziehung. Bei der Freundschaft handelte es sich um einen sehr talentierten Künstler und Handwerker. Der gerade kein Zuhause hatte, und wir vereinbarten, dass er in einem der Häuser auf meinem Anwesen leben könnte und er sich dafür um mein Anwesen kümmern würde.

Klang für mich wie ein guter Deal, da ich reisen würde. Bei dem Geschäft ging es darum, dass ein Mann und seine Frau eine Tournee für mich managen würden, so dass ich das nicht selbst machen musste, ich hatte damals keine Agentur, ich habe das allein gemacht. Die Vereinbarung war, dass sie eine Tour an der Westküste organisieren. Und alle drei Dinge geschahen zur gleichen Zeit. Fast zeitgleich trieben mich alle drei in den Wahnsinn. Und ich dachte: »Was geht denn hier vor?« Ich verschob es und verschob es. Nach einer Reise aber kam ich nach Hause, und alles veränderte sich. Es begann damit, dass ich zum Geldautomaten ging. Ich ging zu dem Geldautomaten. Ich hatte unterwegs Einzahlungen gemacht. Und der Geldautomat sagte, dass ich kein Guthaben hätte.

Es war Sonntagnachmittag, und ich sagte mir, nun, es ist Sonntag, in New Mexico passiert da gar nichts. Ich kann da gerade nichts machen. Ich rufe da morgen an. Ich musste sehr geschickt mit dem Parkhauswächter verhandeln, um meinen Wagen am Flughafen Albuquerque herauszubekommen. Darüber spreche ich in einem anderen Kurs. Das hat eine Weile gedauert. [Lacht]. Ich fuhr also heim und rief am nächsten Tag die Bank an. Und die Bankangestellte sagte: »Der Geldautomat hatte Recht. Sie haben nicht nur kein Guthaben. Sie sind im Minus.« Da all die Schecks, die Sie ausgestellt haben, um alle Ihre Rechnungen zu bezahlen, während Sie unterwegs

waren, sind vorgenommen worden, nachdem eine Auszahlung erfolgt ist.« Sie sagte: »Jemand hat Ihr gesamtes Geld abgebucht.« Das war meine Liebesbeziehung, der ich einige der Dinge anvertraut habe, an denen wir gearbeitet haben. Es war eine neue Beziehung und eine dieser Situationen, – vielleicht kennt ihr das – in der ich jemandem auf eine Weise vertrauen wollte, wie die Person sich selbst nicht mal traute. Kennt ihr das? Du traust ihnen mehr, als sie sich selbst trauen. Zu jener Zeit glaubte ich, dass Vertrauen beidseitig sei. Ich dachte, entweder oder. Verschiedene Grade an Vertrauen, die Vorstellung gefiel mir nicht.

Das musste ich lernen. Ich war also nicht nur pleite, sondern hatte auch eine 75 Dollar Servicegebühr für all die überzogenen Schecks zu bezahlen. Über Nacht hatte ich Tausende von Dollar Schulden. Der Mann, der mein Freund war, und das Anwesen pflegen sollte, entschied sich – wie formuliere ich das möglichst freundlich – er entschied sich dazu, Experimente auf meinem Anwesen vorzunehmen, die in New Mexico illegal sind. [Gelächter] Und obendrein gegen meine Weltanschauung. Und mein Geschäftspartner, mit dem ich gerade die Tour abgeschlossen hatte, rief mich an und sagte: »War eine tolle Tour. Nach Abzug aller Kosten ist kein Geld übrig.« Und ich sagte: »Lass mich mal die Buchhaltung sehen.«

Ich bekam nicht mal Einsicht in die Papiere. Plötzlich also kam das alles zusammen. Und ich wusste von den Spiegeln. Also machte ich einen langen Spaziergang auf einem alten Feldweg, den ich schon auf gelaufen bin. Ganze Bücher sind auf diesem Feldweg entstanden. Ich war da so oft lang und bin an jenem Tag da lang gelaufen und musste mir klar werden, was da vor sich ging. Ich lernte also, was die Spiegel bedeuten und sagte mir: »Was haben diese drei Dinge gemeinsam?« Drei sehr unterschiedliche Leute, unterschiedliche Situationen. Gibt es Gemeinsamkeiten? Und sofort nachdem ich die Frage stellte ... Ich stellte sie meinem Herzen. Das machen wir in ein paar Minuten. Mein Herz sagte mir, dass es hierbei um Vertrauen ging,

okay? Es ging um Vertraulichkeit. Es ging um Vertrauen und ich sagte... Es ging um Ehrlichkeit. Und ich fragte mich: »Wow! Spiegeln mir diese Leute meine eigene Unehrllichkeit, mein Vertrauen? Oder meine mangelnde Vertraulichkeit?« Ich fragte mich das. Und noch bevor ich die Frage beenden konnte, hatte ich dieses Gefühl, ich hörte eine Stimme in mir, die schrie: »Nein!« Denn das war ja die Essenz meiner Arbeit. In ihr geht es nur um Vertrauen. Es geht die ganze Zeit um Ehrlichkeit, um Wahrheit, um Integrität. Genau das, was alle drei verletzt haben. Und ich fragte mich: »Zeigen die mir ...?«

Ich dachte an den Spiegel der 80er, wisst ihr noch? Wenn Du Dich mit solchen Leuten umgibst, sagt das etwas über Dich selbst. Und ich fragte mich: »Was sagen die mir über mich selbst?« Und ich fragte: Bin ich unehrlich? Sage ich nicht die Wahrheit? Habe ich keine Integrität? Die Stimme sagte: »Nein, nein, nein!« Was ich da schnell lernte, war, dass die mir nicht spiegelten, was ich in dem Moment war, zu jener speziellen Zeit. Es war also nicht der erste Spiegel der Beziehungen. Der Schlüssel ist: Mir wurde gespiegelt, was ich verurteilte zu diesem Augenblick.



# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 6:

Der zweite Spiegel der Beziehung Teil 2

Was mir klar werden musste, dass ich meinen Anteil daran hatte. Einen großen Anteil. Mein Umgang mit Menschen. Das war schon in der Firmenwelt so, in der Wirtschaft. Leute, die nicht ehrlich waren, nicht die Wahrheit sprachen, keine Integrität hatten. Die nicht auf ehrliche Weise mit mir umgehen konnten. Als Musiker ist mir das in der Vergangenheit ständig begegnet. Es ist okay, das nicht zu mögen. Hier mache ich eine Unterscheidung. Ich musste erst noch lernen, mein Urteilsvermögen zu bilden. Es gibt einen Unterschied zwischen Verurteilung und Urteilsvermögen. Verurteilung – also das, was ich diesen Leuten gegenüber machte, ist das Verurteilen anderer als böse Menschen, ich verurteile sie, aufgrund dessen, was sie tun, und wie sie sich ausdrücken.

Das ist etwas anderes als das Urteilsvermögen, mit dem man erkennt, dass das der Weg ist, wie diese Menschen ihr Leben in diesem Moment zu leben entschieden haben. Ich habe da keinen Bezug zu, ich kann damit nichts anfangen. Es geht gar nicht notwendigerweise um die. Ich will einfach nicht teil dessen sein, was sie tun. Erkennt ihr den Unterschied? Zwischen der Verurteilung und dem Urteilsvermögen, mit jemandem nicht unbedingt Zeit verbringen zu wollen? Das Urteilsvermögen der Frau, die das Geld stahl. Ich wollte sie nicht als schlechten Menschen verurteilen, habe aber nicht mit dem Urteilsvermögen festgestellt, dass Vertrauen nicht unbedingt beidseitig ist.

Vielleicht vertraust Du jemandem mit Deinen Autoschlüsseln, aber nicht mit Deinem Konto. Da schafft das Urteilsvermögen unterschiedliche Ebenen des Vertrauens. Das ist also ein sehr mächtiger Spiegel, den wir hier haben. In diesen Beziehungen habe ich also festgestellt, was sie mir auf eine Weise spiegelten, an der ich nicht vorbeischaun konnte, denn man neigt dazu, so etwas zu verschieben, bis es einen so erwischt, dass man nicht mehr vorbeischaun kann. Und das ist oft der Fall, wenn es Deine Finanzen betrifft. Ich glaube, wir werden das auf globaler Ebene erleben. Nicht nachhaltige

Methoden, unsere Wirtschaft zu betreiben. Im Zwischenmenschlichen neigen wir dazu, über Dinge hinwegzusehen. Und jetzt berührt es Menschen so sehr, dass man es nicht mehr übersehen kann. Uns wird gezeigt, worum es bei diesem Spiegel wirklich geht. Ich musste mich also fragen: »Was mache ich jetzt?« Mein Zuhause befindet sich relativ nah an Taos Pueblo. In Taos, New Mexico. Das Taos Pueblo ist die älteste, ununterbrochen bewohnte Siedlung in Nordamerika.

Es befindet sich dort seit 1500 Jahren, die gleichen Gebäude, keine Elektrizität. Die holen ihr Trinkwasser immer noch aus dem Gewässer, das durch das Pueblo fließt. Und ich habe einen Freund namens Richard, der dort lebt. Ich fuhr also in den Ort. Er arbeitete in seinem Studio. Und ich erinnere mich sehr deutlich, es war ein riesiger ... Wisst ihr alle, was Traumfänger sind? Das war ein Traumfänger mit 2,5 m Durchmesser. Ein riesiger Traumfänger, der auf einem Ständer angebracht war, der stand frei in der Mitte, und er war gerade dabei, an dem Traumfänger zu arbeiten. Ich kam rein, er sah kurz auf, und ich sagte: »Hey, Richard, wie geht's?« Und er: »Nicht viel«, und er arbeitete weiter. Er fragte: »Was gibt es Neues?« Und ich erzählte ihm die ganze Geschichte.

Was diese Leute gemacht hatten und dass ich glaubte, dass die meine Verurteilung spiegelten. Und er fragte: »Was wirst Du jetzt machen?« Und ich sagte: »Keine Ahnung. Was würdest Du tun?« Er sagte: »Lass mich Dir eine Geschichte erzählen.« Er sagte: »Meine Familie hat, so lange sich jemand erinnern kann, auf diesem Land gelebt.« »Das ist der einzige Ort, den wir je kennengelernt haben.« Und er sagte: »Mein Großvater ist hier aufgewachsen, gar nicht weit von hier. Und zu seiner Zeit machte es einen Mann aus, einen Büffel zu jagen und zu töten. Den man dann den Leuten, dem Pueblo zurückbrachte. Und die Mutigen, die das schafften, konnten den Kopf des Büffels behalten. Und zwar für immer, er konnte ihn von Generation zu Generation weiter vererben. Als Zeichen einer Kontinuität, dessen, was erreicht

worden war.« Er sagte: »Ich hatte so einen Büffelkopf von meinem Großvater. Der wurde nördlich von Taos getötet.« Und er sagte: »Das war ein kostbarer Schatz für mich. Eines Tages kam ein Juwelierin. Eine Frau aus Taos kam herein und sah den Kopf in meinem Studio hängen. Sie war so von dem Kopf angezogen, dass sie fragte: ‚Kann ich ihn haben und in mein Studio mitnehmen und ausstellen. Für mein Schmuckatelier in Taos.‘ Er sagte, dass er nicht das allerbeste Gefühl dabei hatte, aber er sagte ja. Und so lieh er ihr seinen kostbaren Schatz, den Büffelkopf seines Großvaters. Er hörte mehrere Monate nichts von ihr.

Er machte sich Sorgen. Also ging er in die Stadt zu ihrem Atelier. Die Türen waren geschlossen. Die Fenster waren zugeklebt. Ihr Laden war dicht gemacht und sie war weg. Und der Büffelkopf war ebenfalls verschwunden. Er hat ihn nie wieder gesehen. Und ich fragte ihn: »Was hast Du gemacht?« Er war einen Augenblick still und sagte dann: »Ich habe nichts gemacht. Denn sie lebt mit dem, was sie getan hat.« Ich sagte: »Das ist cool für Dich. Funktioniert für mich aber nicht.« [Gelächter] Also fuhr ich nach Hause und suchte nach juristischen Möglichkeiten, mein Geld wiederzubekommen. Und alles, was da vor sich ging, würde immens viel Geld an Anwaltskosten verschlingen, das würde sich lang hinziehen und mich mit der Frau in Verbindung lassen, mit der ich nichts mehr zu tun haben wollte, mit dem Mann, der mein Freund gewesen ist.

Ein ehemaliger Freund. Der auf meinem Anwesen Dinge machte, die der Staat von New Mexico nicht guthieß. Habe ich das gut ausgedrückt? Klingt gut, wenn ich das so sage, oder? Und dann meine Geschäftspartner. Alles das war immer noch da. Und das war wirklich überwältigend. Da dachte ich nochmal über das nach, was Richard mir gesagt hatte, ich sagte mir: »Weißt Du was?« Ich glaube, das ist der richtige Weg. Ich konnte es aber nicht einfach so abtun. Ich musste einen Weg finden, es zu heilen. Und ich erzähle euch gleich, wie ich das gemacht habe. Aber das ist es, was ich getan habe.

Und dabei geschah etwas Faszinierendes. Denn als ich in der Lage war, nicht nur loszulassen, sondern die Emotion zu heilen, die der Magnet ist, der diese Dinge für uns anzieht, ist zwar vorbei, aber man findet keinen Weg, es zu heilen, dann sorgt der emotionale Magnet dafür, dass diese Menschen und diese Beziehungen in unserem Leben bleiben, und dann wiederholt sich das wieder und wieder, bis Du in der Lage bist, es wirklich zu heilen und loszulassen. Ich habe einen Prozess durchgemacht, den ich euch jetzt erzähle. Dabei ist etwas Faszinierendes geschehen.

Ich fing mit der Frau an, die mein Geld gestohlen hatte, was es mir unmöglich machte, meinem Geschäft nachzugehen, da ich nichts mehr hatte. Und ich bin wirklich durch einen Prozess gegangen und habe daran gearbeitet. Und ich fühlte mich wirklich gut mit dem, was ich getan hatte. Interessant war, dass nach nur wenigen Tagen, nachdem ich gedacht hatte, dass das geheilt war, der sogenannte Welleneffekt einsetzte. Eine Art Kaskade. Da die Muster, die im Spiegel in einer Beziehung auftauchen, nur selten isoliert sind. Normalerweise sind sie in unterschiedlichen Graden überall präsent. Sie tauchen auf der Arbeit auf, in Freundschaften, mit Geschwistern. Und das war es, was hier geschah.

Mit einem Mal fühlte ich anders über diese Leute. Und ich hörte immer seltener von ihnen. Es schwand einfach langsam. Und ich fühlte mich wirklich gut deswegen. Und genau nachdem das passiert war, rief mich Randomhouse an. Die hatten eines meiner Bücher gelesen und sie fragten mich, ob ich ein Randomhouse-Autor werden wolle. Ich sagte ja, und die gaben mir einen Vorschuss, der alles wett machte, ich konnte die Schulden bezahlen, die aus dem verschwundenen Geld entstanden waren und immer noch in mein Geschäft investieren und von vorne beginnen. So habe ich das gelernt. Diesen Spiegel der Beziehung. Diesen sehr mächtigen Spiegel. Es ist der zweite Spiegel. Nicht der Spiegel dessen, was wir gerade sind, sondern der Spiegel dessen, was wir im Moment verurteilen. Erkennt ihr, wie das etwas

subtiler ist? Und es ist oft nicht einfach, das zu erkennen. Wir sind so willens, andere Leute für etwas verantwortlich zu machen. Erkennt ihr, dass es dazu einen gewissen Grad Urteilsvermögen braucht? Um in sich selbst zu schauen? Und zu sagen, dass wenn mir gerade kein Spiegel dessen gezeigt wird, was ich im Moment bin, dann könnte es sein, dass es ein Spiegel ist, der mir zeigt, was ich gerade verurteile. Ergibt es Sinn, wenn das so sage? Okay. Der Welleneffekt, von dem ich gerade erzählt habe, die Macht des Welleneffekts besteht darin, dass sobald man das Urteil geheilt hat, dass dann das, was Du verurteilt hast, überall geheilt ist. Das ist das Schöne. Du musst nicht durch jede Beziehung gehen und jede einzeln bearbeiten. Sobald Du die Lektion gelernt hast, wie man heilt, dann heilt man eine und heilt damit alle.

# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 7:

Der dritte Spiegel der Beziehung Teil 1



Der dritte Spiegel der Beziehungen Teil I Manchmal befindet man sich in Beziehungen, und es gibt Spiegel, und ihr sagt, es ist weder der erste noch der zweite Spiegel. Der dritte Spiegel der Beziehung ist sehr eigen, sehr interessant. Meister Jesus hat gesagt: »Das Königreich des Herrn« – ich liebe diese Parabel, hört bitte zu, das ist so bedeutsam und tief. Hört zu. Denn es geht um euch. Er sagte: »Das Königreich des Herrn ist wie jene Frau, die einen Topf voll Mehl trug. Während sie auf dem Weg lief und noch weit von Zuhause war, brach der Griff des Topfes ab und das Mehl entlud sich hinter ihr auf den Weg. Sie hat es nicht mitbekommen. Sie hat den Unfall nicht bemerkt. Und als sie Zuhause angekommen war, stellte sie den Topf ab und stellte fest, dass er leer war.« Lasst mich euch erzählen, was diese Parabel bedeutet. Ihr seid in dieser Parabel der Topf.

Eure Liebe ist das Mehl im Topf. Und während wir durch das Leben gehen, stellen wir fest, dass wir Teile von uns weggeben, aus den unterschiedlichsten Gründen. Manchmal tun wir es absichtlich. Manchmal ist es unterbewusst und manchmal werden uns von Menschen, die Macht über uns haben, Teile von uns fortgenommen. Der Punkt ist aber, dass wir, wenn wir einen Punkt erreichen, wenn wir uns in der Gegenwart eines anderen Wesens in dieser Welt befinden, bei der wir uns entscheiden, sie mit allem, was wir haben, zu lieben. Dann greifen wir in unser inneres Gefäß nach dieser Liebe, und es ist leer. Da wir alles weggegeben haben. Oder wir haben sie verloren. Oder sie wurde uns weggenommen, von jenen, die Macht über uns haben.

Dann müssen wir versuchen, diese Teile unserer selbst wiederzufinden. Darum geht es in dieser Parabel. Darum geht es bei dem dritten Spiegel der Beziehungen. Es ist der Spiegel jener Teile von uns, die wir verloren oder weggegeben haben oder die uns von jenen, die Macht über uns haben, weggenommen wurden. Und dieser Spiegel zeigt sich auf sehr interessante Weise. Auf Weisen, die man normalerweise nicht erwarten würde. Dieser dritte Spiegel ... Manchmal geben wir uns bewusst fort, wir wissen, dass wir

es tun. Manchmal bemerken wir nicht mal, dass es geschehen ist. Und ich kann euch sagen, dass ich das als Kind einer Alkoholikerfamilie, bei der es auf mehreren Ebenen zu Misshandlungen gegen jeden in der Familie gab, gelernt habe. Ich war der älteste Sohn. Und ich habe mich gegen meinen Vater gestellt. Und ich versuchte der Friedenswächter zu sein. Ein ungesundes Muster, über das ich in meinem Leben erst lernen musste. Um das zu tun, musste ich Teil von mir kompromittieren, um den Frieden aufrechtzuhalten. Wer von euch kennt sowas, hat sowas erlebt? Es geschieht auf der Arbeit. Es geschieht in Freundschaften.

Es kann in Familien geschehen. Und man sieht es oft in Alkoholikerfamilien. Es hat mich lange gekostet, um das herauszufinden. Für meine ersten beiden Ehen suchte ich Partnerinnen, die die ungesunden Muster spiegelten, die ich als Teil einer Alkoholikerfamilie gelernt hatte. Und ich hatte keine Ahnung, was da vor sich ging. Es waren einfach verrückte, gefährliche, ungesunde Beziehungen. Und auch, wenn wir nicht mehr verheiratet sind, haben doch alle einen Punkt erreicht, nachdem wir lange an uns gearbeitet haben, meine ehemaligen Partnerinnen sind wieder verheiratet und haben Kinder. Und das ist eines der Dinge, die einfach geschehen, wenn Deine Bücher auf der New York Times Bestseller-Liste auftauchen.

Leute, mit denen man lange nicht gesprochen hat, sehen das. Und das ist auch etwas, das geschieht, wenn man auf Facebook ist. Ich bekam also Nachrichten. Ich bekam eine Nachricht von einer Frau, die fragte: »Bist Du der Gregg Braden, der in Kansas City, Missouri gelebt und diese und jene Schule besucht hat?« Und ich sage: »Ja.« Und sie dann: »Flashback: Ich bin Deine Ex-Frau.« Sie lebt heute viel gesünder und hat einen Mann namens Greg geheiratet. Mit nur einem G. [Gelächter] Sie haben wunderbare Kinder. Und sie lehren meine Arbeit über die Spiegel der Beziehung. Ist das nicht interessant? Sehr interessant, wie die Dinge verlaufen. Wir sind also zunächst zusammen und dann jeder für sich daran gegangen, diese Dinge zu heilen.

Also ein Beispiel. Unsere Kraft bewusst weggeben. Wie funktioniert das? Ich hatte in den frühen ... nein späten 80ern die seltene Gelegenheit, während des Kalten Kriegs, als ich in der Verteidigungsindustrie gearbeitet habe, an einem damals geheimen Projekt zu arbeiten, das SDI hieß. Ronald Reagan war Präsident. Er schlug etwas vor, das er die Star Wars Defense Initiative nannte. Und zwar, weil die Technologie der Zeit jener in dem Film Star Wars so ähnlich war. Ich war an diesem Projekt beteiligt. Und eines Tages hatte ich eine Einladung auf meinem Schreibtisch. Du kannst zum Hauptgebäude gehen und dort den Präsidenten der Vereinigten Staaten treffen.

Er wird sich die Technologie ansehen. Und zu der Zeit war es der erste George Bush. Und ich fragte: »Bei all den Leuten in der Abteilung, wieso kriege ich die Einladung?« Mein Vorgesetzter sah mich an und sagte: »Einem geschenkten Gaul schaut man nicht ins Maul...« Er sagte: »Genieß es einfach.« Und das tat ich. Ich traf also George Bush Senior. Und ich traf auch einen 5-Sterne- General, den er mitgebracht hat. Und nach der formellen Präsentation hatten wir etwas informelle Zeit miteinander. Wir hatten die Gelegenheit zu einem kleinen Gespräch. Und ich stellte dem General eine Frage – nicht Bush, dem General.

Ich fragte ihn: »Was hat es Sie gekostet, ein 5-Sterne-General zu werden? In ihrem Privatleben? Was ist der Preis, den Sie bezahlt haben, um in diese hervorragende Position mit Macht und Einfluss zu kommen?« Er sah mich an und sagte: »Da zu sein, wo ich heute bin, hat mich alles gekostet. Ich habe alles verloren, was ich je geliebt habe, um da zu sein, wo ich heute bin.« Er sagte: »Ich habe meine Frau verloren, ich habe meine Kinder verloren, ich habe meine Freunde verloren. Ich habe meine Gesundheit verloren.« Und ich fragte: »Ist es das wert?« Und er sagte: »Ja.« Er sagte: »Wenn man mich fragen würde, würde ich es morgen nochmal so machen. Und ich würde nichts anders machen.« Und ich war sehr beeindruckt mit seiner Ehrlichkeit, da er sich dessen bewusst war, welchen Preis er bezahlt hat, und er sagte,

dass es das wert sei, da es sein Ziel sei, seine Leidenschaft, das, was er vom Leben wollte. Und er hat den Preis bezahlt, alles zu verlieren, um das zu erreichen. Das wäre ein Beispiel dafür, wenn jemand bewusst Teile von sich selbst aufgibt. Es passiert aber auch unbewusst. Und manchmal kann das witzig sein. Ich habe euch zuvor bereits von einem befreundeten Ingenieur erzählt. Der Mann, der Affirmationen benutzt hat: Mein perfekter Partner ist bereits da. Okay, es geht um einen anderen Ingenieur, der in der gleichen Gruppe gearbeitet hat. Wir waren zu sechst. Und ich könnte ganze Bücher über Ingenieure schreiben.

Wisst ihr alle, was breit gerippte Cordanzüge sind? Mal bemerkt, dass man die kaum noch sieht? Wisst ihr, wo die sind? In den Kleiderschränken von Ingenieuren weltweit. Die horten die. Ingenieure sind die einzigen Leute, die die tragen. Kamelbraune, weitgerippte Cordanzüge. Westen und Gürtel. Großartige Leute. Brillante Menschen. Die haben es nur manchmal sozial nicht ganz leicht. Und das ist eine solche Geschichte. Ein anderer Ingenieur, ein Kollege. Wir hatten ein Ritual. Jeden Freitag ... – das war noch vor dem Internet – kaum vorstellbar. Wir wurden damals noch jeden Freitag mit einem Scheck auf Papier bezahlt.

Unser Vorgesetzter verteilt also unsere Schecks und wir teilten uns alle einen Carpool, und sind dann in unseren 60 Minuten Mittagspause zur Bank, haben die Schecks eingelöst, wir tankten und zahlten für den, der uns fuhr. Wir bezahlten als das Benzin desjenigen. Wir gingen essen und waren dann genau 60 Minuten später zurück. Und jedes Mal passierte etwas. Einer von uns hat das jedes Mal erlebt. Wir gingen also essen. Und wer auch immer uns das Essen brachte, wenn es eine Frau war, war er den ganzen Tag arbeitsunfähig, weil er eine Obsession hatte, über die Frau, die uns gerade das Essen serviert hatte. Bei dem Mal, an das ich gerade denke, war es eine Kassiererin in der Bank. Er löste seinen Scheck ein, sah ihr in die Augen und wusste, dass er sich verliebt hatte. Er kam zurück, und konnte nicht mehr

arbeiten. Er sprach mit uns allen: »Was meint ihr, was meint ihr?« Er rief bei der Bank an und fragte, ob sie ihn auf einen Kaffee nach der Arbeit treffen würde. Sie kannte ihn nicht mal. Sie hat nur den Scheck eingelöst. Sie willigte ein. Das passierte ihm dauernd. Es geschah so häufig, dass er ein Wort dafür hatte. Er nannte es von der Liebe geschlagen werden. Er würde von der Liebe geohrfeigt.

Er traf die Frau also nach der Arbeit. Eine Bankangestellte, die er erst vor ein paar Stunden kennengelernt hatte. Für eine 20-sekündige Interaktion, er gibt den Scheck ab und macht eine Einzahlung. Sie tranken einen Kaffee zusammen. Und er sah in die Augen der Frau, die ihm den Kaffee gebracht hatte, und ratet, was passierte? Er wurde schon wieder von Liebe geschlagen und verliebte sich. Es geschah ihm so häufig im Leben, dass der Rest seines Lebens kompliziert wurde, besonders dadurch, dass er verheiratet war. Er hatte eine Familie, die er liebte, eine Frau, die er liebte, er hatte eine Tochter, die er liebte, und er wusste nicht, was mit ihm geschah.

Was diesem Mann geschah, ist ein hervorragendes Beispiel des dritten Spiegels der Beziehung. Wenn wir uns von einem anderen Menschen aus unerfindlichen Gründen magnetisch angezogen fühlen Du bist vielleicht in einer wunderbaren, gesunden Ehe. Du kannst in einer perfekten, glücklichen, gesunden, intimen Beziehung sein, und plötzlich kommt jemand. Vielleicht im Supermarkt, während Du Obst oder eine Dosensuppe aussuchst und jemand kommt zu Dir und schaut Dir in die Augen, ist euch das schon mal passiert? Ehrlich? Und Du schaust diese Person an und fühlst etwas und verstehst es nicht. Du bist von ihnen angezogen. Aus unerfindlichen Gründen. Habt ihr das schon mal erlebt? Wenn wir nicht wissen, was es bedeutet, versucht unsere gesellschaftliche Konditionierung es in eine Schublade zu stecken, die nicht passt. Und auf dieser Schublade steht: Ich liebe diese Person. Ich kenne Menschen, die ihr ganzes Leben vernichtet haben... die haben das geschaffene Zuhause, die Sicherheit, die Familie, geliebte Men-

schen aufgegeben, um diesem Gefühl hinterher zu jagen, um es wahr werden zu lassen, da sie nicht verstehen, was mit ihnen geschieht. Wenn wir dieses Gefühl haben, ist es einer der mächtigsten Spiegel, den ihr jemals im Leben haben werdet. Und wenn wir ehrlich mit uns selbst sind und wir hier einen Ehrlichkeitsspiegel haben, dann würde vermutlich jeder Man und jeder Frau hier zugeben, dass das schon mal passiert ist.

Die Gegenwart eines anderen Menschen. Manchmal wird es seltsam, wenn es das gleiche Geschlecht ist wie man selbst, und wir sind darauf konditioniert, das nicht zuzulassen. Männer schauen Männer an, Frauen Frauen. Und man sagt: »Was ist das? Ich fühle etwas, aber es ist uns nicht mal erlaubt, da heran zu treten.« Wenn das passiert, wird euch eine der intimsten Perspektiven, ein intimer Blick, der Dir etwas über Dich sagt, und wenn Du das umarmst und heilst, dann wirst Du ganzheitlicher und vollständiger und ehrlicher und gesünder. Weil Du bereit bist, es zu tun.

# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 8:

Der dritte Spiegel der Beziehung Teil 2



Der dritte Spiegel der Beziehung Teil III Was zeigt uns der Spiegel? Was uns der dritte Spiegel zeigt ... in unserem Leben ... finden wir uns in Situationen wieder, wo wir Teile von uns selbst fortgeben müssen. Bewusst wie unbewusst. Wir haben das gerade gesehen. Wenn Du jemanden findest, der Dich magnetisch anzieht, was da geschieht, ist, dass sie für Dich in diesem Moment den Frieden bereithalten, den Du verloren hast, den Du weggegeben hast oder der Dir fortgenommen wurde. Und die magnetische Anziehung besteht darin, dass Du so sehr wieder vollständig sein willst, dass Du in ihrer Gegenwart diese Ganzheit spürst.

Du fühlst diese Vollständigkeit, Du sagst, ich fühle mich richtig gut, wenn ich mit dieser Person zusammen bin. Und wenn sie weg sind, dann tut das weh. Weil Du es verloren hast. Dieser Magnet ist es, was Leute in intime, romantische Beziehungen führt. Man muss diese Verbindung haben, es braucht diesen Magnetismus. Stimmt ihr zu? Chemie nennen wir das. Die Chemie bringt die Menschen zusammen. Ein mächtiger Magnet. Sex ist ein mächtiger Magnet. Sobald der Magnet seinen Job macht und euch zusammenbringt, dann kommen die restlichen Dinge ins Feld. Sobald der Magnet euch dorthin gebracht hat, könnt ihr herausfinden, was es an dieser Person ist, das sie für euch spiegelt.

Ihr werdet sehen, was ihr in dieser Person fühlt, was ihr in euch selbst verloren habt. Etwas, das ihr bewusst weggegeben oder weggenommen bekommen habt von Leuten, die Macht über euch haben. Und während ich beginnt, das bewusst zu erkennen ... Ich möchte euch bitten, eine Hausaufgabe zu machen. Wenn ihr Essen geht, schaut mal bei dem Kellner, ob da was ist. Oder wenn ihr auf dem Heimweg zur Bank oder zum Flughafen geht. Es passiert häufig. Es passiert so häufig, wenn Menschen Augenkontakt haben. Und es gibt erheblichen Widerstand, im Alltag Augenkontakt herzustellen. Und ich meine wirklichen Augenkontakt, der etwas bedeutet. Ich war letztens in einem Hotel, und ich nenne das jetzt nicht aus Respekt vor deren

Privatsphäre, doch die Empfangsdame dort hat mir in 15 Minuten nicht ein Mal in die Augen geguckt. Sie sah über mich hinweg, sie sah an mir vorbei, und ich bemerke so etwas. Ich sah sie direkt an, und sie weigerte sich mir in die Augen zu sehen. Das machen wir oft. Das ist ein Schutzmechanismus. Denn wenn wir diese Verbindung wirklich eingehen ... ihr kennt das alle: das Auge ist das Fenster der Seele. Wenn ihr die Verbindung wirklich eingeht, dann ist es möglich, dass ihr herausfindet, dass ihr in alle Menschen verliebt seid.

Wir sind in alle verliebt. Ich habe das gelernt und finde das gut. Ich liebe diese Welt, ich liebe die Menschen auf dieser Welt. Ich mag nicht jeden. Ich finde nicht alles toll, was andere tun. Aber ich liebe diese Welt. Und ich bin froh darüber, weil ich weiß, was mir das sagt. Wenn ihr euch also zu jemandem unerklärlich und magnetisch hingezogen fühlt, dann müsst ihr nicht notwendigerweise eure Beziehung oder Partnerschaft oder eure Ehe beenden, um herauszufinden, was es bedeutet. Manche müssen das, aber wenn ihr euch entscheidet, etwas zu beenden, woran ihr gearbeitet habt, tut es zumindest bewusst. Weil ihr wisst, weshalb das Gefühl nun da ist. Macht es zumindest bewusst. Okay?

Wenn ihr euch also mit so etwas konfrontiert seht, fragt euch ... fangt ein Gespräch an. Wenn ihr einkaufen seid, sagt: »Schöne Bananen, schöne Melonen.« Worüber ihr auch immer sprecht. »Tolle Suppendose.« Vermutlich ... »Tolles Wetter!« Was haltet ihr davon? [Gelächter] Tolles Wetter. Das geht schon. [Gelächter] Fangt ein Gespräch an, und während die mit euch reden ... – Das ist das Entscheidende: Während die auf eure Fragen antworten, könnt ihr eurem Herzen leise eine Frage stellen. Und die Frage lautet: Was fühle ich mit dieser Person, das ich in mir selbst verloren habe, das ich weggegeben oder das mir weggenommen wurde? Und bevor ihr diese Frage gestellt habt, werdet ihr euch wundern, denn die Antwort – Bumm – ist sofort da! Manchmal kann es sehr simpel sein. Vielleicht ist die Schönheit des an-

deren. Vielleicht empfindet ihr euch nicht mehr als schön und vor euch steht eine schöne Person. Manchmal ist es, weil sie erfolgreich sind. Das geschieht Musikern und Autoren. Oder Fans, die auf uns zukommen. Die denken ... Ich kann euch ein Lied davon singen, was wir für E-Mails bekommen. Menschen, die glauben, dass sie zu mir hingezogen sind. Aufgrund dessen, was sie sehen, wenn ich hier auf der Bühne stehe. Was sie aber sehen, das bin ich in diesem Augenblick, offen, liebevoll und mitteilsam über das, was ich im Leben für wirklich halte.

Wenn ich die Bühne verlasse, ist das eine ganz andere Welt. Die Leute sind also verliebt in die Idee der Person auf der Bühne, in die Idee, wie der Künstler sein könnte. Und sie streben vielleicht nach diesem Erfolg. Vielleicht sind sie in den Erfolg verliebt, weil sie den selbst gern hätten. Vielleicht sind sie in die Errungenschaften verliebt, weil sie die selbst gern hätten. Vielleicht sehnen sie sich nach der körperlichen Kraft eines Athleten. Ich war Turner, Turner und Läufer in der High School. Und ich war mal völlig verzaubert von einer Schwimmerin. Einzelsportarten. Ich hatte nicht den Körper eines Football-Spielers oder Basketball-Spielers. Das wusste ich. Ich fühlte mich aber von allen, die das konnten, magnetisch angezogen. Ich war angezogen von dem, was ich verloren oder weggegeben hatte.

In meinem Fall habe ich durch das Aufwachsen in einer Alkoholikerfamilie viel Kritik erlebt. Uns wurde gesagt, dass wir es nicht wert sein, dass wir so was nicht könnten und es gar nicht erst versuchen sollten. Wir werden später darüber sprechen, und ihr werdet erstaunt sein, welchen Einfluss sowas auf einen noch nicht ganz 10 Jahre alten Jungen haben kann. Mein Bruder und ich haben die gleichen Erfahrungen gemacht. Ich habe einen sehr starken Seelenkompass. Und aus welchem Grund auch immer habe ich den Großteil davon nicht geglaubt. Mein Bruder schon. Und wir haben deshalb bis zum heutigen Tag sehr unterschiedliche Leben gelebt. Wenn er mit mir auf der Bühne stehen würde, würdet ihr nicht glauben, dass er mein Bruder

ist. Ich liebe ihn. Ich liebe meinen Bruder. Er ist vier Jahre jünger. Wir sehen unterschiedlich aus, wir reden unterschiedlich, wir denken unterschiedlich. Wir haben unterschiedliche Ziele. Wir haben unterschiedliche Weltbilder. Wir haben einander sogar für fast 15 Jahre verloren. Wir haben kaum noch gesprochen. Es war der Gesundheitszustand meiner Mutter, der uns wieder zusammengeführt hat. So dass wir zusammen daran wirken konnten, ihr dabei zu helfen durch diese Phase zu gehen.

Wir stammen aber beide aus der gleichen Familie, uns wurde das Gleiche gesagt. Und wir werden darüber sprechen, welche Rolle das in unserem Leben spielt. Ergibt das Sinn für euch kann ich euch das als Hausaufgabe geben? Wollt ihr das probieren? Fragt euch: Was fühle ich bei dieser Person, das ich in mir selbst verloren habe? Frauen finden viel davon. Wenn ihr eine Frau in einem überwiegend männlichen Haushalt wart, dann hat eure Stimme vermutlich nicht so viel gezählt. Wenn es ums Abendessen geht, und die Männer alle Pizza wollen und ihr Brokkoli und einen schön gebratenen Lachs. Was da gewinnt? Die Pizza natürlich.

Wenn es ums Fernsehprogramm geht. Sagen wir, ihr wollt beispielsweise Turner Classics einschalten, und alle anderen wollen ESPN 2 oder ähnliches sehen. Was wir da gewinnen? Das sagt euch dann was. Oder am Arbeitsplatz. Dort finden sich die gleichen Muster wieder. Ihr habt das Gefühl, dass eure Stimme nicht zählt, dass euch nicht zugehört wird. Dann schaut ihr euch intime Beziehungen an, eure Ehe vielleicht. Im Gespräch miteinander taucht das dauernd auf, dass ihr nicht gehört werdet. Und das ist nichts Neues innerhalb der Ehe, das hat euch immer schon begleitet. Vermutlich ... Das ist nur ein Beispiel dafür, wie ihr Kompromisse macht. Um des lieben Friedens willen halt Pizza. Okay, dann halt der Sportkanal. Man macht Kompromisse. Man gibt etwas von sich auf. Wenn es einem weggenommen wird, also bei Missbrauch, Missbrauch ist ein Beispiel dafür, wenn uns unsere Selbstbestimmung genommen wird, wenn wir verletzt werden, physisch,

emotional, psychologisch, Kinder, die von Älteren, von Lehrern von Erziehungsbeauftragten missbraucht werden. Wir könnten uns damit ausführlich beschäftigen, aber darum geht es gerade nicht. Ich will euch nur Beispiele geben. Unterbewusst verlieren wir Teile von uns. Und auch da fehlen uns Teile unserer Selbst, von denen wir manchmal gar nichts wissen. Bis wir Zugang erhalten zu dem, was wir glauben, das es in uns ist und feststellen, dass es nicht da ist. Und dann fragen wir uns: Wo ist meine Liebe hin? Warum habe ich Schwierigkeiten, auf gesunde Weise zu lieben? Warum habe ich Schwierigkeiten, so viel Vertrauen zu haben, mich in einer Liebe völlig zu öffnen? Habt ihr schon mal bemerkt, dass selbst dann, wenn ihr sehr stark liebt, einen Partner, euren Mann oder eure Frau oder bei wem auch immer: Es gibt immer ein kleines Stück, das wir für uns behalten.

Wisst ihr, was ich meine? Grundsätzlich. Dass wir etwas zurückhalten, nur um auf Nummer sicher zu gehen. Vielleicht nicht immer bewusst, vielleicht unbewusst. Wollen wir uns wirklich dem hingeben? Und damit meine ich nicht, die Kontrolle abgeben. Ich meine damit, so mächtig zu sein, da wir uns selbst so gut kennen, und uns selbst so sehr vertrauen, dass wir willens sind, uns vor einem anderen vollkommen verletzlich zu machen, so dass wir gemeinsam eine Ganzheit finden, die wir als Individuum niemals erreichen könnten. Wie viele von euch glauben, dass ihr etwas in all euren Beziehungen zurückhaltet? Für mich gilt das auch. Ich sage nicht, ob das gut oder schlecht ist. Ich bewerte das nicht. Ich sage nur, dass es Teil unseres Lebens ist, weil es sich sicher anfühlt. Es fühlt sich sicher an. Das ist ein mächtiger Spiegel.

# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 9:

Die Quelle unseres Glaubens

Der Ursprung unserer Überzeugungen Die Abfolge der Spiegel. Der erste Spiegel als Zusammenfassung ist Spiegelung dessen, was im Augenblick geschieht. Der zweite Spiegel reflektiert, was wir gerade beurteilen. Der dritte Spiegel spiegelt das, was wir verloren haben, was wir weggegeben haben oder was uns genommen wurde. Das sind die ersten drei Spiegel der Beziehungen. Wie ich schon sagte, gibt es insgesamt sieben, und die anderen sind vollkommen unterschiedlich von diesen. Es würde keinen Sinn ergeben, die nun zu besprechen. Das lasse ich also. Diese hier haben aber alle viel damit zu tun, wo wir uns hinbewegen und berühren das, woher unsere Überzeugungen stammen.

Wenn es zu den Spiegeln keine Fragen gibt, würde ich jetzt weitergehen zu der Frage, woher die Wahrnehmungen stammen, die wir in den Spiegeln sehen. Woher stammen diese Wahrnehmungen? Woher stammen unsere Selbsteinschätzungen? Hier ist der erste Hinweis. Könnt ihr das sehen? Da ist ein Hinweis zu sehen. Der einfache Punkt dort. Das ist euer Hinweis. Wisst ihr, was das ist? Das ist, wie viel eurer Bewusstheit in eurem bewussten Denken vorhanden ist. Das ist euer bewusstes Denken. In der Gesamtbetrachtung ist das euer bewusstes Denken. Und etwa 10% eurer Bewusstheit ist bewusst. Was bedeutet das? Das ist unsere Linse auf die Welt. 10% von uns sieht die Welt durch bewusstes Denken.

Dadurch sind wir in der Lage zu lernen und Sinn aus Vergangenenem zu schöpfen. Was bedeutet das? Das bewusste Denken, die 10%, die analysieren, sie denken und planen und sind das Kurzzeitgedächtnis. Woher kommen die restlichen 90%? Ihr ahnt, wohin das führt. Wo sind die restlichen 90%? 10% im bewussten Denken. Die anderen 90% Genau! Ich liebe es, wenn ihr mir so aufmerksam folgt! Im Unterbewusstsein. Schaut euch an, worum es sich kümmert. 90% eures Bewusstseins und dessen, was ihr täglich tut, funktioniert im Unterbewusstsein. Das Langzeitgedächtnis. Gefühle und Emotionen. Gewohnheiten. Beziehungsmuster, Süchte. Das ist alles unterbewusst.



Unfreiwillige Körperfunktionen. Das ist eine gute Sache. Ihr wollt doch nicht ernsthaft jedes Mal eine bewusste Anstrengung unternehmen, nur um Luft zu holen. Wenn ihr vorm Luftholen denken müsstet ... Zeit zu atmen ... Zeit Mittag zu essen ... Zeit zu atmen ... und wenn man gegessen hat, Ich werde zurückgehen – Zeit zum Atmen – und dann werde ich packen und – Zeit zum Atmen – morgen früh geht mein Flug. Das ist ein unterbewusster, automatischer Reflex. Und gut, dass das so ist. Unfreiwillige Körperfunktionen, Kreativität, Entwicklungsschritte.

Schaut: spirituelle Verbindungen und Intuition. Das ist alles unterbewusst. Alles das ist unterbewusst. Die Frage ist also, woher stammt die unterbewusste Programmierung? Wir stellen uns dem den Problemen des Lebens durch das, was wir gelernt haben. Man weiß nur nicht immer, wann man es lernt. Wissenschaftler haben herausgefunden, dass die Zustände unseres Gehirns viel damit zu tun haben. Vor unserem vierten Lebensjahr befinden wir uns normalerweise in einem dieser beiden Zustände. Delta oder Theta. Schaut euch an, wie diese Gehirnzustände definiert sind. Sehr unbewusst, in tiefem Schlaf nennt man Delta. Tiefe Meditation, ein Zwischenraum zwischen Wachen und Schlafen schamanische Zustände, eine Brücke zum Unterbewussten, das ist Theta.

Zwischen unserem ersten und vierten Lebensjahr befinden wir uns in einer hypnagogischen Trance. Einige Menschen zahlen ziemlich gutes Geld, um das als Erwachsene zu erleben. Um in dieser Trance zu sein. Wir machen das, bis wir drei Jahre alt sind. Und da ist deshalb wichtig, weil in dem Moment, wenn wir in diesen Zuständen sind, unser Geist wie ein Schwamm funktioniert. Es gibt dann keinen Filter, kein Urteilen. Die Natur hat uns so programmiert, so dass wir lernen können und wie wir uns darin zurechtfinden können. Wir saugen also alles auf. Wir absorbieren alles. Wir absorbieren Sprachmuster. Wir absorbieren die Worte, die Emotionen hinter den Worten, wir absorbieren, wie unsere wichtigsten Erziehungsberechtigten

mit ihrem Leben umgehen. In guten wie in schlechten Zeiten. Wir absorbieren das. Ganz gleich was. [Schlürfgeräusch] Wenn man aus einer gesunden Familie kommt, ist das eine tolle Sache. Ich habe nur wenige Menschen getroffen, die sagen können, dass sie in ihrer Familie keine Probleme hatten, die sich in ihrem Leben als Erwachsene nicht gezeigt hätten. Der Grund dafür ist, dass wir die Muster unserer Erziehungsberechtigten lernen, bevor wir drei Jahre sind. Und von drei an bis wir sechs Jahre sind, absorbieren wir weiter. Und wir erweitern das in den Alpha-Zustand.

Da geht es um Tagträume Selbstintrospektionen, Bilder und Visuelles. Und alles das sehr entspannt. Bevor wir also sechs Jahre alt sind, könnte man uns als Schwamm bezeichnen. Und ich sage euch, wer das sehr genau wusste. Wenn ihr Texte der Jesuiten lest, wenn die junge Kinder rekrutiert haben, dann sind sie zu den jungen Familien hin und sagten: Wir nehmen euren Sohn mit. Und die Eltern fragten: Werden wir ihn denn je wiedersehen? Und die antworteten: Wenn sie sechs sind, können sie wiederkommen. Aber sie werden nicht wollen. Sie sagten also: Gebt uns eure Söhne, bis sie sechs sind, und sie werden immer bei uns bleiben. Und der Grund dafür ist, dass sie mit einer Denkweise indoktriniert wurden, die zu einem unterbewussten Muster wurden, und das Leben ergab ihnen nur noch Sinn, wenn das Muster erfüllt wurde. Und das passiert heute noch. Das ist euch geschehen, mir, das geschieht unseren jungen Menschen.

Es ist eine ganze Generation darauf konditioniert worden, dass Gewalt und Krieg eine gute Sache wären. Das geschieht zwischen 1 und 6. Und wenn sie erwachsen werden, ist das das einzige, was ihnen Sinn ergibt. Also tun sie das Gleiche als Erwachsene. Bis wir also sechs sind, lernen unsere Gehirnzustände von unseren Erziehungsberechtigten. Und das sind die Muster, anhand derer die sie gelernt haben, mit ihrem Leben zurechtzukommen. Wenn also unsere Erziehungsberechtigten gelernt haben, in ihrem Leben auf gesunde Weise mit diesen Dingen umzugehen, dann ist das großartig.

Denn dann ist das unser unterbewusst ablaufendes Programm. Wenn wir konditioniert wurden, auf Dinge, die nicht gut funktionieren, mit Wut und Hass zu reagieren. Und mit Aggression und Geschrei. Frustration und Wut. Und wir tragen das mit uns rum. Unsere Probleme mit dem Selbstbewusstsein wachsen. Sowas findet man in dysfunktionalen Familien, bei Alkoholikern und so weiter. Da kritisiert der Alkoholiker dann alle anderen. Und zwar ohne Maß und Ziel, bis zu dem Punkt, da die so Kritisierten ihr Talent nicht mehr mit der Welt teilen möchten. Meine Mutter wird diesen Film hier nie sehen, deshalb kann ich euch das sagen, dass in meiner Familie meine Mutter über eine schöne Stimme verfügte. Und sie liebte es zu singen. Und mein Vater war so nörglerisch, dass meine Mutter einfach irgendwann aufhörte zu singen. Sie hat nie wieder gesungen. Und das habe ich vermisst. Sie sang nur noch, wenn sie meinen Anrufbeantworter anrief, um 6 Uhr 23 morgens Jahr um Jahr. Um mir ein Geburtstagsständchen zu singen. Und eines der Dinge, die ich vermisse und betraue, ist, dass ich die Stimme meiner Mutter nie wieder hören werden, wie sie mir Happy Birthday singt.

Ich hatte eine Aufnahme davon auf meinem AB, doch mein Telekommunikationsanbieter hat das bei einem Update gelöscht. Ich kann meine Mutter also nicht mehr singen hören, aber sie war wirklich gut, und es gab so viel Kritik daran. Sie glaubte dieser Kritik. Und das ist es: Warum glauben wir so was? Was ist es in uns, das dazu führt, dass jemand, der Macht über uns hat, etwas behaupten kann und wir das glauben, auch wenn es nicht stimmt? Ich stelle also folgende Frage: Was habt ihr von euren Erziehungsberechtigten gelernt? Bevor ihr sechs Jahre wurdet? Was habt ihr da gelernt? Was habt ihr aufgesogen? Gesundes wie Ungesundes, beides ist wichtig. Und die Folgefrage: Welche Rolle spielt das Lernen in eurem Leben heute? Freunde, Beziehungen, Liebe, Intimität, Geld und Respekt für euren Körper? Welche Rolle spielt das, was ihr vor Jahren gelernt habt, in eurem heutigen Leben. Ist es in Ordnung, wenn wir das besprechen?

# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 10:

Identifiziere deine Muster

Die eigenen Muster erkennen Das ist wirklich ein schöner Prozess. Ich möchte euch dazu einladen, euch selbst das Geschenk dieses Prozesses zu machen. Ich werde euch über Muster befragen. Muster eurer Erziehungsberechtigten. Also vielleicht eurer Eltern. Oder auch eine Tante oder ein Onkel oder Großeltern. Vielleicht ein Waisenhaus oder ein Cousin, der euch aufgezogen hat. Es ist nicht so bedeutend, wer euch aufgezogen hat, sondern, dass ihr euren primären Erziehungsberechtigten identifiziert. Bevor man zehn Jahre alt ist. Es geht jetzt nur um die ersten 10 Jahre. Für die meisten also vor der Pubertät. Und es gibt Gründe dafür. Vor der Pubertät. Ihr seid so gut, ihr seid so klug.

Ihr seid hier, habt alles Mögliche an Self-Help gemacht. Hay House Kurse und ihr wart bei allen möglichen Self-Help Hay House Programmen. Und ihr habt die Bücher gelesen. Wenn ich euch bitte, diese Muster bewusst zu identifizieren, würdet ihr vermutlich – weil ihr so gut seid – mir all die richtigen Antworten geben, die zu den richtigen Schlussfolgerungen führen, wie ihr euer Leben gern haben wollt. Es wird euch vermutlich nicht zu den tiefsten Wahrheiten dessen führen, was ihr euch fragt. Es ist also ein Prozess, der so gestaltet wurde, der euch den Zugang dazu ermöglichen soll.

Es macht eine Menge Spaß, Es geht sehr tief, und ich biete das bereits seit fast 30 Jahren an. Und jedes Mal, da ich diesen Prozess nochmal durchgehe, lerne ich etwas Neues über mich. Es ist ein lebendiger Prozess. Nichts, was man nur einmal tut. Wie die Häutung einer Zwiebel. Je mehr, ihr freilegt, desto mehr entdeckt ihr. Es ist wirklich ein cooler Prozess. Lasst mich ihn euch erklären. Wir machen das Schritt für Schritt. Legen wir los. Es sind die Charaktereigenschaften unserer primären Erziehungsberechtigten, die uns früh im Leben die Muster beibringen, mit denen wir an die Probleme des Lebens späterhin herangehen. Wir nutzen diese Muster, um abzuwägen, es ist unsere Linse, mit der wir unsere Partner und unseren Beruf auswählen, mit der wir über unseren Körper nachdenken. Und wenn unser Körper Dinge

tut, mit denen wir Schwierigkeiten haben, Krankheiten, Gebrechen. Die Art, wie wir unseren Körper heilen – alles das stammt von diesen frühen, frühen Mustern, die wir vermutlich nicht mal bewusst bemerken. Ich beginne mit einem Blatt, das so aussieht. Ich möchte euch bitten, anzugeben, was die wesentlichen Merkmale eurer wichtigsten Erziehungsberechtigten waren. Männliche wie weibliche, positive wie negative. Entscheidend dabei ist, dass ihr das nicht mit der Sicht von heute macht, da seid ihr erwachsen und habt lauter Erklärungen parat. Ihr seid alle möglichen Kompromisse eingegangen und habt euren Frieden mit vielen Dingen gemacht. Darum geht es uns nicht. Wie seht ihr diese Merkmale durch die Augen jenes 8-jährigen Kindes. Oder des 3-jährigen Kindes.

Oder des 10-jährigen Kindes. Also aus der Zeit, bevor ihr all das wusstet, was ihr heute wisst. Wie habt ihr das gesehen? Ich frage also nach positiven und negativen Eigenschaften. Der Schlüssel, damit zu arbeiten, ist, möglichst spezifisch zu sein. Konzis und präzise. Einzelne Wörter sind am besten. Zumindest ein paar Wörter, ein kurzer Satz. Wenn ihr ein ganzes Buch schreibt: »Nun, ich erinnere mich, als ich fünf war, ging ich nach Hause ...« Dann funktioniert es nicht. Also einzelne Wörter oder kurze Sätze. Das Video bitte anhalten und die erste Seite von »Creating Better Alternatives Process« ausfüllen.

Zuerst frage ich nach den negativen Mustern bei unseren Erziehungsberechtigten. Der Grund dafür ist, dass wir uns nur selten blockiert fühlen durch positive Muster der Freude. Oder? Sagt ihr: Oh man, ich habe so viel Freude in meinem Leben, ich stecke in dieser Freude fest. Ich muss einen Weg finden, das abzulegen. Was soll ich tun? Die positiven Merkmale führen also selten zu Problemen. Wir schauen sie uns später an. Ich möchte die negativen anschauen. Ich habe das gemacht. Und der Grund, weshalb ich das gerne mache – ich will da offen sein – das erste Mal, da ich diesen Prozess durchgemacht habe, fiel es mir schwer, mehrere positive Eigenschaften für

meinen Vater zu finden. Es gab ein paar. Und ich komme dazu gleich. Aber die negativen Eigenschaften und ich werde die jetzt nicht nach männlich und weiblich sortieren. Wie ich bereits sagte, gab es in meiner Familie sehr viel Kritik. Mein Vater war nicht viel zuhause. Als Kind habe ich einfach gesagt, dass er nicht da war. Als Erwachsener weiß ich, dass er nicht anwesend war. Als Kind: war er nicht da. Als Kind nahm ich einiges als gemein gegenüber der Familie wahr. Heute weiß ich, dass man da andere Worte für verwenden kann. Aber als Kind empfand ich das als gemein. Das sind also die Worte, die ich hier benutze.

Damit fangen wir also an. Es gab auch viel Angst in unserer Familie. Angst also. Und von Seiten meiner Mutter eine Überbesorgtheit. Kritik und Verurteilung. Ich sage also Kritik, kritisieren. Fangen wir also an. Ruft mir die negativen Eigenschaften eurer Erziehungsberechtigten zu. Ich schreibe die dann mit. Was war das? Verletzend. Okay, ich werde das einfach alles wiederholen. Verletzend. Selbstüchtig. Wie war das? Unbewusst. Okay, als Erwachsener würde man das so sagen, aber als 8-jähriger Junge. Würdest Du als 8-jähriges Kind das Wort »unbewusst« benutzen? Was würdest Du sagen? Ich setze mal ein Fragezeichen dahinter und wir kommen darauf zurück. Unbewusst. Okay, »unnahbar« würdet ihr das als Kind sagen? Würdet ihr sagen: »Meine Eltern sind unnahbar? oder was würdet ihr sagen?« Abwesend. Und wir haben das hier, da mache ich noch einen Haken dran. Wütend. Ah ... Wut. Geschrei. Brüllen. Schockierend. Wie war das? Fluchen? Schlimme Wörter also.

Ich sehe hier also ein Muster. Ist irgendjemand ...? Schaut auf eure Liste und findet ihr bei anderen Dinge, die auch bei euch stehen? Haben wir voneinander abgeschrieben? – [Publikum: Nein] Oder stammen wir alle aus der gleichen Familie? Kommen wir alle aus der gleichen Familie? Darum wollte ich einiges davon aufschreiben. Das ist sehr interessant. Wenn ihr es nicht besser wüsstet, könntet ihr annehmen, dass wir aus der gleichen Familie



kommen, da es allgemeine Muster gibt, die sozial und in unserer Gesellschaft vorhanden sind. Abhängig auch von der Altersgruppe. Wenn ich mit Millennials arbeite, dann haben die andere Wörter. Und wenn wir auch nicht gleich alt sind, befinden wir uns doch in der gleichen Altersspanne hier. wir uns nicht in der gleichen Generation wie die Millennials. Wir sind alle höchstens 50 Jahre auseinander, oder? [Gelächter] Wir sind also etwa gleich alt. Wenn ihr Phil Collins kennt, sind wir alle ungefähr gleich alt. [Publikum: Unverständlich] Sind wir... Wenn man es also nicht besser wüsste, könnte man sagen, dass wir von der gleichen Familie abstammen. Schaut euch die negativen Eigenschaften an, zu sehr bemutternd, negativ kritisch. Abwesend, gemein, angsteinflößend, überkritisch, verletzend, selbstsüchtig. Wütend, Eltern, die schreien, brüllen, schockieren. Schimpfwörter, ohne Verständnis, keine Berührung, keine Liebe, unglücklich, unerreichbar, distanziert. Negative Muster bei unseren Erziehungsberechtigten.

# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 11:

Identifiziere deine Bedürfnisse

Eigene Bedürfnisse erkennen. Das sind die Merkmale, die wir aufgesogen haben, während unseres hypnagogischen Trances zwischen 1 und 6. Eigentlich aber für viele bis zum Alter von 10 Jahren. Was ist es, was wir am meisten wollen? Was wollten wir von unseren Erziehungsberechtigten kriegen? Wir führen das ein bisschen weiter. Manches ist offensichtlich, anderes nicht. Denkt darüber nach. Während eurer Kindheit gibt es Dinge, die ihr manchmal bewusst, manchmal unbewusst braucht. Als junge Menschen sind wir sehr kreativ darin, wie wir da rankommen.

Was ich von euch nun herausgefunden bekommen möchte, ist, was es ist, das ihr gesucht habt? Was wolltet ihr von euren Erziehungsberechtigten und von eurem Leben? Was ist es, das ihr von euren Erziehungsberechtigten und eurem Leben gebraucht habt? Was brauchtet ihr als Kind am meisten? Das ist der Schlüssel. Ich lade euch dazu ein, einfach einzelne Wörter kurze Sätze, so wie ihr es mit Kinderaugen gesehen habt. Was brauchtet ihr als Kind am meisten? Wenn ich euch zu eurem achtjährigen Selbst zurückführen könnte und fragen würde: Was willst Du von dieser Welt? Was ist Dir am wichtigsten? Was würdet ihr mir sagen? Bitte schreibt das auf.

Bitte haltet das Video an und füllt den zweiten Bogen aus »Creating Better Alternative Process« Hier gilt das Gleiche: einzelne Wörter, kurze Sätze. Was wolltet ihr als Kind am meisten. Ihr fangt an und dann mache ich meinen Bogen. Umarmungen. Okay. Umarmungen. Liebe. Anerkennung. Wie würdet ihr das als Kind sagen? Genau, so habe ich das auch gesagt. Ich wollte gesehen und gehört werden. Wie viele von euch haben: Ich möchte gesehen und gehört werden. Okay, gehört, gesehen werden. Ich habe auch ... Schutz gehört. Was habe ich hier? Ich wollte das Gefühl haben, dazugehören. Akzeptiert werden. Ich möchte gesehen, gehört, anerkannt, geliebt werden. Ich möchte Gesellschaft. Jemanden, der mit mir Zeit verbringt. Okay, seht ihr Dinge, die ihr auch auf eurer Liste stehen habt? Nochmal, wenn wir es nicht besser wüssten, könnte man sagen, wir sind aus der gleichen Familie.

Wir sind aus der gleichen Familie. Und ich möchte euch für euer Vertrauen und eure Offenheit, an diesem Prozess teilzunehmen, danken. Der Prozess ist damit noch nicht abgeschlossen. Wir werden noch zwei weitere Sachen machen. Was ich hier geschaffen habe... wenn ich euch die Frage direkt gestellt hätte, von der ich hoffe, dass ihr sie beantworten werdet, euer Unterbewusstsein, euer Ego, eure Schutzmechanismen, würden ihr mir genau die Antwort geben, die dann so aussähe, wie ihr wollt, dass sie aussieht. Das würde euch vielleicht nicht die tiefsten Wahrheiten über euch verraten.

Was wir tun werden – wenn wir wieder da sind ... da machen wir noch ein paar von. Und dann werde ich euch ein wichtiges Blatt, einen Bogen austeilen. Und ihr werdet durch all die Bereiche gehen und da dann Wörter aus jedem Abschnitt nehmen und die im Bogen einordnen. Und wenn ihr den Bogen zusammengestellt hat, wird er euch etwas über euer Leben berichten. Es gibt dabei keine absolute Garantie. Wir schauen uns Muster und Trends an. Ich glaube, dass ihr ein Muster und einen Trend erkennen werdet. Diese Muster und Trends führen uns dann in den nächsten Abschnitt unseres Programms, wo wir uns wieder mit unserer Herzintelligenz beschäftigen, um neue und gesunde Wege zu finden, um damit umzugehen. Da wollen wir hin.

# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 12:

Identifiziere deine Lösungen

Es gibt also keine Absolutheiten bei diesem Prozess. Das will ich klar sagen. Wir werden nun eine weitere Gelegenheit haben und diese Wörter in einen Bogen übertragen. Wir suchen nach Trends und Mustern. Es gibt immer Ausnahmen und nicht jedes Wort wird immer so funktionieren, wie ihr das wollt. Ihr werdet aber Trends und Muster erkennen. Als Kinder sind wir äußerst kreativ, stimmt ihr da zu? Wir haben viel Phantasie. Wir sind so kreativ, dass wenn wir uns an einem Hindernis im Leben befinden, wir es selten zulassen, dass uns dieses Hindernis aufhält. Wir finden dann kreative Wege, um das Hindernis zu umgehen. Um das zu tun, was wir tun wollen oder brauchen, stimmt ihr da zu? Und danach befrage ich euch hier. Ich bitte euch hier, mir zu helfen, eure Kreativität zu verstehen.

Es ist also zweigliedrig. Das eine ist eher für euch, an dem anderen bin ich stärker interessiert. Ich werde ein Blatt austeilen, das so aussieht. Ich möchte, dass ihr einige Frustrationen aus der Kindheit benennt. Einzelne Wörter. Kurze Sätze, nur für euch. Woran ich wirklich interessiert bin, ist der nächste Teil. Wie seid ihr aus der Frustration herausgekommen? Wie seid ihr mit der Frustration umgegangen? Wie habt ihr das angenommen und immer noch das bekommen, was ihr brauchtet. Ergibt die Frage für euch Sinn? Wie habt ihr die Dinge bekommen, die ihr gebraucht habt? Selbst dann, wenn ihr auf ein Hindernis gestoßen seid, dass man euch gesagt hat, ihr könntet das nicht oder dass es nicht möglich war.

Die Art wie eure Eltern oder Erziehungsberechtigten es erlauben, da ihr aber kreativ seid, und in eurem kreativen Geist in eurem intuitiven Genius, habt ihr Wege gefunden, das zu bekommen, was ihr brauchtet. Ich bin sehr daran interessiert, zu erfahren, welche das sind. Schreibt einzelne Wörter oder kurze Sätze. Gibt es Fragen dazu? Ergibt das Sinn? Ja. Eine Frustration wäre zum Beispiel, wenn eure Eltern sagen: Nein, das darfst Du nicht. Wenn es etwas ist, das Du tun möchtest, und sie verbieten es Dir. Oder es ist nicht möglich. Das fände ich frustrierend. Das war immer schon so. Das hat mich

selten abgehalten. Wenn ihr das mit den Augen einer jungen Person könnt, im Wesentlichen auf das Alter zwischen 1 und 10 Jahren bezogen, und wenn ihr 11 oder 12 Jahre denkt, ist das auch okay. Nur halt nicht aus den Augen eines 30-jährigen. Okay? Denn ihr werdet dabei etwas feststellen. Wenn ihr es also zwischen 1 und 10 ... also nicht haargenau, aber in etwa. Wenn das, was ihr als Kind wolltet oder brauchtet, nicht erreichbar war, wenn sie nicht leicht verfügbar waren, was habt ihr dann angestellt, um die Dinge zu bekommen? Denkt mal aus der Richtung.

Wenn ihr eine Umarmung wolltet und brauchtet, wenn ihr geliebt, gesehen, gehört, geschützt, anerkannt, sicher, glücklich sein wolltet, wenn ihr dazugehören oder Gesellschaft haben wolltet, oder wenn ihr Ermutigung brauchtet und ihr diese Dinge nicht in eurem Leben haben konntet, nicht direkt von euren Erziehungsberechtigten oder von wem auch immer. Das wäre frustrierend. Wie habt ihr euch die verschafft? Ihr wollt die ja immer noch. Wie holt ihr euch das? Bitte haltet das Video an und füllt nun das dritte Blatt von »Creating Better Alternatives Process« aus. Ich mache es etwas leichter für euch und teile ein paar von meinen Wörtern.

Denn ihr habt angefangen, dann habe ich angefangen, jetzt bin ich wieder dran. Also zu meinen Frustrationen gehören ... Als meine Familie zerbrach, habe ich es vermisst, keine Familie mehr zu haben. Ich wusste als Kind nicht genau, was das bedeutet hat. Meine Eltern sind durch diesen Prozess gegangen von meinem neunten Lebensjahr an, bis sie sich dann wirklich haben scheiden lassen, war das eine harte Zeit. Ich hatte also das Gefühl keine Familie zu haben und habe deshalb außerhalb meiner Familie geschaut und versucht, anderswo eine Familie zu finden. Als Acht- oder Neunjähriger weiß man nicht immer, wie man das machen soll. Ich bin in sehr jungen Jahren bereits intime Beziehungen eingegangen. Meine erste Freundin war zehn, und ich war neun. Wir waren zusammen, bis sie 22 und ich 21 war. Wir sind also zusammen aufgewachsen, haben zu sammen unsere Familien



zerfallen sehen. Wir hatten keinerlei Werkzeuge, um mit diesen Dingen umzugehen. Doch was ich tat, um die Dinge, die ich wollte zu bekommen, also mich sicher fühlen, ich wollte anerkannt sein, Bestätigung bekommen, ich konnte sowas nicht in meiner Familie finden. Also suchte ich außerhalb meiner Familie, außerhalb des Systems, um es zu finden. An anderen Orten, um das nachzubilden, was ich brauchte. Was ich also für mich sagen würde, ist: Außerhalb des Systems. Um das zu tun, war ich nicht immer ehrlich zu meiner Familie. Manchmal habe ich gelogen.

Wenn ich das Gefühl hatte, irgendwo hin zu müssen, wo ich nicht hindurfte, dann habe ich einfach vorgegeben, woandershin zu gehen und bin dann da hin, wo ich hinwollte. In den 60ern waren Rockkonzerte ein Riesending. Und es war mir zunächst nicht erlaubt, zu Rockkonzerten zu gehen. Also fand ich Wege, mich rauszuschleichen und solche Dinge zu machen. Ich habe mich also außerhalb des Systems bewegt, um das zu tun. Meine Antwort auf das Problem war also, das System zu umgehen. Manchmal war ich dafür nicht so ehrlich, wie ich es heute gern bin. Also ... Ich habe manchmal gelogen. Okay. Will jemand da beitragen? Was sind Wege, welche Lösungen gibt es? Vielleicht teilt ihr zunächst eure Frustration und dann, wie ihr damit umgegangen seid. Ausgedachte Freunde. Gemeinschaft, okay.

Wir sind sehr oft umgezogen, bis zu der Zeit, da meine Eltern sich trennten. Ich habe mich daher nie mit den Orten sonderlich verbunden gefühlt. Und wo immer wir hinzogen, war das Erste, wonach ich mich umsah: Natur. Ein Park, eine Waldfläche. Wir lebten im Norden Missouris. Dort ist es recht rau, es gab Steilufer. Ich ging auf Fossiliensuche. Ich suchte nach Pfeilspitzen. Suchte nach alten Indianerstätten. Mir ging es immer besser in der Natur, fast schon bis zu dem Punkt, zurückgezogen zu sein. Nicht wirklich introvertiert, aber fast. Etwas introvertiert. Menschen ein schlechtes Gewissen machen. In dem Alter weiß man nichts von gesundem oder ungesundem Verhalten. Darum geht es. Alles, was wir tun, ist kreativ nach Wegen zu su-

chen, das, was wir brauchen, zu bekommen. Zu jener Zeit in unserem Leben, brauchen wir das, um gesund zu bleiben. Es gibt da also kein moralisches Urteil. Es gibt da keinen Filter, keinen Vorbehalt. So gehen wir damit um. Man versucht, andere sich schuldig fühlen zu lassen. Man macht anderen ein schlechtes Gewissen. Man läuft noch abgedockt. Niemand hat Grund, auf Dich sauer oder wütend zu sein. Sich im Hintergrund halten. Ungesehen. Sport, okay. Ein mustergültiges Kind sein. Es gibt also keine richtigen oder falschen Antworten.

Es gibt keine guten oder schlechten Antworten. Es sind Muster, die wir in unserem Leben in diesen ersten wichtigen Lebensjahren erlernt und aufgesogen haben. In den ersten drei Jahren, in denen wir ein völliger Schwamm sind und Delta und Theta... Habt ihr schon mal Babys zwischen einem und drei Monaten gesehen? Die sind einfach nur ... Die saugen einfach alles nur in sich hinein. Und während sie beginnen, in den Alpha-Status zu wechseln, dann fokussiert sich der Blick, sie nehmen immer noch alles auf. Und sie versuchen, alles einzuordnen. Wir sind also wirklich nicht verantwortlich für die Muster, die wir erlernt haben, bis wir für unser Leben verantwortlich werden. Das passiert aber noch nicht in dieser Phase.

Ihr sagt vielleicht: Was soll's, das war meine Kindheit, die ist lange her. Wohin wir uns damit bewegen, ist Folgendes: Die Muster, die wir als Kind erlernt haben, werden sich, so wie sie nicht heilen, vermutlich fortsetzen und zwar als Erwachsene und mit den Mitteln von Erwachsenen. Wir sind wirklich klug. Wenn wir etwas erlernt haben, bleiben wir dabei. Wir machen dann immer noch das Gleiche, nur auf erwachsene Weise. Wir wursteln uns so durch und schleifen an den Kanten, aber die Prinzipien bleiben die Gleichen. Wir werden sehr gut darin, das zu tun. Ich habe euch zu den negativen Merkmalen befragt. Könnt ihr einige der positiven Eigenschaften eurer Erziehungsberechtigten auch teilen? Irgendjemand? Freundlich. Besorgt und liebevoll. Interessanterweise sind das alles einzelne Wörter, spaßige, spie-

lerische Wörter. Mein Vater war Künstler, meine Mutter sang, sie war Musikerin, sie waren beide sehr talentiert. Meine Mutter war wirklich sehr fürsorglich, treusorgend. Und verständnisvoll. Treusorgend wäre kein Wort, das ich benutze, aber ich würde sagen, dass sie sich um mich kümmerte, und dass sie mich verstanden hat. Oder dass sie mich zumindest unterstützt hat. Okay. Warum haben wir das alles gemacht?

# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 13:

Eine Vorlage

Alles zusammenführen Ich zeige euch jetzt eine Schablone. Und wie gesagt, gibt es in dieser Schablone keine Gewissheiten. Was ihr in dieser Schablone erkennen werdet, ist, dass wir dazu neigen, als Erwachsene Menschen in unser Leben zu ziehen, die vorführen, was wir an unseren Erziehungsberechtigten am wenigsten mochten. Ist das nicht interessant? Wir neigen dazu, als Erwachsene Menschen in unser Leben zu ziehen, Menschen wie auch Situationen, das trifft auch auf Gelegenheiten zu, die das spiegeln, was wir am wenigsten mochten, die negativen Eigenschaften unserer Erziehungsberechtigten also. Und warum machen wir das?

Weil wir diese Eigenschaften nicht mochten, haben wir eine emotionale Aufladung um diese Eigenschaften gebildet. Diese emotionale Aufladung ist der Magnet, der Versprechen macht, und ihr werdet das jedes einzige Mal genau so machen, bis ihr diese Aufladung heilt. Ich gebe euch also jetzt eine Schablone, und lasst uns einige unserer Antworten da einfügen. Wie gehen wir mit den Problemen im Leben um? Schauen wir uns die erste Aussage auf dem Schirm an. Manchmal – weil es hier keine absoluten Wahrheiten gibt – manchmal ziehe ich Menschen in mein Leben, die [Aus Spalte 1 übertragen]. Das sind die Eigenschaften, die wir am wenigsten an unseren Erziehungsberechtigten gemocht haben. Manchmal – nicht immer – ziehe ich Menschen in mein Leben, die überbesorgt, kritisch, unerreichbar, nicht da, gemein sind. Menschen, die überkritisch, verletzend, selbstsüchtig, wütend sind. Menschen, die schreien und brüllen.

Die Schimpfwörter benutzen, die mich nicht verstehen, die mich nicht berühren, nicht lieben. Menschen, die unglücklich, unerreichbar, distanziert sind. Ich ziehe manchmal Menschen in mein Leben, die so sind, und ihr müsst das durchgehen, was ihr unter A angegeben habt und das dort eintragen. Warum machen wir das? Schaut, Aussage 2: Ich möchte, dass sie [Einfügen aus Spalte 2, die wir gerade gemacht haben.] Als Kinder wissen wir nur, was wir wollen. Wir kennen die Begründungen nicht, die Logik nicht und auch

nicht die Psychologie. Ihr wollt, dass diese Menschen ... und bis ihr mit dem Rest der Welt interagiert, kennt ihr nur eure Erziehungsberechtigten. Ihr wisst, was ihr mögt, und ihr wisst, was ihr nicht mögt. Ihr zieht manchmal Menschen in euer Leben, die genau das sind, was ihr am wenigsten mögt, und ihr wollt, dass sie die positiven Merkmale haben, freundlich, fürsorglich, liebevoll, spaßig, verspielt. Schutz bietend, hart arbeitend, – das hier kann ich nicht mehr lesen. Sauber, normal, stark, clever, sozial. Wir wollen, dass sie verständnisvoll sind, wir wollen, dass sie so sind. Warum auch nicht?

Während wir als junge Menschen über unsere Erziehungsberechtigten alles aufgesaugt haben, was wir von der Welt erfahren konnten, dabei sehen wir nicht CNN oder BBC World, wir lesen nicht, alles was wir wissen, ist das, was in dieser Welt vorhanden ist. Mehr wissen wir nicht. So hat die Natur es geschaffen. Wir wollen also, dass Menschen so positiv sind, wie wir es bis zu diesem Punkt kennengelernt haben. Das wird unser Referenzsystem. Behaltet im Hinterkopf, dass das alles in den Schwamm unseres Unterbewusstseins gerät. Ihr habt da ja noch keinen Filter, um abzuwägen, es ist einfach »Bumm!« Roh ... einfach da. Okay. Damit ich C haben kann. Was habt ihr als Kinder am meisten gewollt? Umarmungen, ihr wolltet geliebt und bemerkt werden. Ihr wolltet gehört werden und euch sicher fühlen. Ihr wollt euch bedeutsam fühlen und geschützt. Glückliche.

Ihr wollt einfach ein Kind sein. Ihr wollt Gesellschaft, jemanden um euch haben, ihr wollt euch besonders fühlen. Ihr wollt diese Dinge als Kind. Manchmal – als Erwachsener – wir reden jetzt über euch als Erwachsene. Manchmal zieht ihr Leute in euer Leben, die das repräsentieren, was ihr in eurer Kindheit am wenigsten mochtet. Und zwar, weil ihr eine Aufladung bei den Dingen habt, die ihr am wenigsten mochtet. Ihr wollt diese Menschen das Positive ausstrahlen, das ihr durch die Linse eurer Kindheit als positiv wahrzunehmen gelernt habt. Was ihr als positiv erlernt habt, danach sucht ihr immer noch. So dass ihr eben Umarmungen, Liebe, Beachtung erfahrt. Ihr

wollt diese Dinge auch als Erwachsene noch. Sie sind als Erwachsene nicht immer leicht zu erreichen. Also schütze ich mich davor, die manchmal zu bekommen, indem ich genau die Dinge, die ich als Kind gemacht habe, um die Dinge zu bekommen, die ihr gebraucht habt, und damals hat das für euch funktioniert. Wenn diese Dinge damals in eurem Leben funktioniert haben, dann seid ihr kreativ und bleibt dabei. Ihr macht es nur auf erwachsene Weise. Ihr umgeht das System. Das ist das, was ich in der Vergangenheit gemacht habe. Auf erwachsene Weise. Wenn die Dinge für mich nicht laufen, begeben sich in eine Fantasiewelt.

Ich ziehe mich in die Natur zurück. Das mache ich immer noch. Ich lebe eine Autostunde vom nächsten Supermarkt. Ich wohne fast zwei Kilometer vom nächsten Nachbarn entfernt. Ich lebe vier Stunden vom nächsten Flughafen entfernt. Wenn ich nicht hier mit euch zusammen bin, was ich gerade fürchterlich gern tue, in einer großen schönen Stadt mit ein paar Millionen Menschen um uns herum, dann bin ich sehr froh in einem Tal zu leben, in dem etwa 19 Familien auf etwa 40.000 Hektar leben. Weil ich mich immer noch in die Natur zurückziehe. Nur auf erwachsene Art.

Ich hindere mich manchmal daran, diese Dinge zu bekommen, indem ich im Hintergrund bleibe und nicht gesehen werde. Indem ich mich versuche, mich an die Regeln zu halten. Alles richtig machen, so dass keiner Grund hat, auf mich sauer zu sein. Manchmal hindere ich mich daran, Dinge zu bekommen, die ich brauche, indem ich anderen ein schlechtes Gewissen mache. Vielleicht hat das als Kind funktioniert und nun nicht mehr. Oder immer noch. Manchmal hindere ich mich daran, die Dinge zu bekommen, die ich brauche, indem ich schreie und brülle. Vielleicht hat das als Kind funktioniert, vielleicht jetzt nicht mehr oder immer noch. Vielleicht Sport, Anerkennung finden durch eine körperliche Betätigung. Indem ich perfekt bin, ein Musterkind. Ihr seht also, wohin wir uns bewegen, richtig? Hier ist das Ding: Manchmal sind die Dinge, die für uns als Kind funktioniert haben,



und erfolgreich waren, nicht mehr angemessen und funktionieren nicht mehr als Erwachsene. Ein ideales Beispiel dafür wäre – und ich will niemanden bloßstellen – wenn wir als Kind schreien und brüllen, dann gibt das sicher Aufmerksamkeit. Wenn wir das als Erwachsene tun, könnte es anders verlaufen. Wir sind dem also entwachsen. Wenn wir es immer noch tun, dürfte es vermutlich nicht mehr funktionieren. Wenn wir uns ständig in die Natur zurückziehen... ich kann das durchaus manchmal machen...

Wenn wir das aber einfach als Flucht nutzen und nicht mehr rausgehen, wie sollen wir uns dann je dem stellen, was wir an Ängsten haben, wie können wir dann die Begrenzungen der Vergangenheit transzendieren? Es funktioniert also vielleicht nicht jedes Wort. Geht das vielleicht nochmal durch, was ihr als Kind am meisten wolltet. Was waren die Frustrationen? Und wo seid ihr denen begegnet? Wie gesagt suchen wir nach Trends und Mustern. Ich gebe euch noch ein paar Augenblicke, um das zu machen, und dann sprechen wir darüber. Danke. Haltet bitte das Video an und füllt den vierten Bogen von »Creating Better Alternatives Process« aus. Jetzt haben vermutlich alle ein paar Notizen gemacht. Seht ihr auf eurem Bogen irgendwelche Muster oder Trends? Ja? Nein? Dies ist eine sehr mächtige Übung in Introspektion.

Und was wir da sehen, zeigt uns, dass das, was wir in unserer Kindheit lernen, wenn wir all diese Informationen aufsaugen, die Muster jener sind, die vor uns kamen. Und vielleicht hatten sie keine Gelegenheit, gesunde Muster zu erlernen. Es sind Muster, die an uns übertragen wurden. Wenn die uns in unserem Leben nutzen, und wenn sie für uns funktionieren, dann braucht man nichts verändern. Ich habe selten ... ich habe noch nie wen getroffen, der zu mir gesagt hätte, alle meine Muster funktionieren für mich 100% der Zeit, es braucht keinerlei Veränderung. Einige brauchen weniger als andere. Denn einige von uns haben das Glück, in sehr bewussten, gesunden Familien groß geworden zu sein. Einige von uns aber nicht. Ich nehme an, dass

man das besonders oft bei der Nachkriegsgeneration beobachten kann. Die Babyboomer ... das war eine Zeit in unserer Geschichte ... Die Vorstellung, dass die Frau den Haushalt macht. Das Essen war um sechs auf dem Tisch. Es musste auf bestimmte Weise aussehen. Und der Vater war der Brotverdiener. Es gab sehr enge Vorstellungen. Und damit einher gingen eine Menge Muster, wie Dominanz, wer gab den Ton in der Familie an. Wie Gespräche abliefen, wie Meinungen geteilt wurden. Wie Auseinandersetzungen behandelt wurden.

Alles das gehörte dazu, seht ihr das auch so? Ja. Wenn ich mir also die Zeit anschau, aus der wir stammen. Wir also als nahezu Gleichaltrige, alle nur etwa 50 Jahre auseinander. Wenn ich mir solche Übungen anschau, dann bin ich erstaunt, dass wir die Fähigkeit haben, überhaupt so etwas wie eine gesunde, erwachsene Beziehung mit einem anderen Menschen zu führen. Und wenn ich mir anschau, wie weit wir gekommen sind. Denn nun haben wir einen Punkt erreicht, durch Introspektion und all die Selbsthilfe-Modalitäten, von denen einige sehr gut sind, andere ... jeder lernt anders. Einige halte ich für wertvoller. Jeder lernt anders und manche profitieren vielleicht von anderen Herangehensweisen. Nicht jede Herangehensweise funktioniert für jeden.

Deshalb gibt es so viele Autoren. Darum gibt es so viele Selbsthilfe-Gurus. Denn jeder lernt anders. Wir sehen aber nun, welche Muster das sind. Ich frage nun also jeden hier im Raum, habt ihr zumindest ein Muster gefunden, das euch vielleicht daran hindert, so lebensfroh zu sein, so gesund zu sein, eine so liebevolle Beziehung zu führen, wie ihr sie in eurem Leben haben wollt? Ja? Nein? Ein Muster aus der Vergangenheit? Darum geht es hierbei. Ihr könnt hingehen und das millionenfach wiederholen. Ich habe das in Kursen mehrfach gemacht. Inzwischen mache ich es seltener, das basiert auf einem Buch mit dem Titel »The Spontaneous Healing of Belief«. Und diese Bögen sind alle auch in dem Buch, falls ihr es noch nicht gesehen habt. Dort

wird es ausführlicher besprochen. Jedes Mal, wenn ich diesen Workshop angeboten habe, war ich erstaunt, dass ich immer mehr herausgefunden habe. Das war heilsam für mich. Als ich damit angefangen habe, hatte ich Schwierigkeiten, positive Eigenschaften für meinen Vater zu finden. Ich wusste, dass es welche geben musste, aber ich konnte sie nicht finden. Und je häufiger ich das tat, desto mehr Erinnerungen kamen mir wieder. Während ich also diese Neuronenverbindungen schuf, um das neuronale Netzwerk zu bilden und die Dinge etwas anders betrachten zu können. Ich verstand, dass mein Vater ... sich in der Natur sehr wohl gefühlt hat. Ich habe Natur durch ihn kennengelernt. Er war künstlerisch begabt. Er war Maler mit Ölfarben und Wasserfarben. Ein Künstler, der auch mit Kohle und Stift gearbeitet hat. Auch Pastell. Ein wunderbarer Künstler. Er war Musiker. Er hatte einen sehr anderen Geschmack als ich, aber er war auch Musiker. Und ich habe diese Dinge von ihm übernommen. Das war schwer zu Beginn, da die anderen Erinnerungen immer noch frisch waren.

# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 14:

Ändern Sie Ihre Muster

Die eigenen Muster ändern Da wir die nun haben, sollten wir etwas damit machen. Es hätte keinerlei Nutzen, sie zu erkennen, ohne etwas damit zu tun. Jeder von euch hat nun also zumindest eine Sache, die er identifiziert hat als nicht gerade gesündestes Muster. Das hält euch manchmal davon ab, die Dinge, die ihr braucht und wollt, zu bekommen. Ihr zieht also weiterhin Leute in euer Leben, die Dinge repräsentieren, die ihr an euren Erziehungsberechtigten am wenigsten mochtet. Und zwar, weil wir auf diesen Dingen eine Aufladung spüren.

Das geschieht in unseren intimsten Beziehungen mit Partnern. Bei Ehen, das kann mit Geschwistern sein oder auch mit Freundschaften. Und wenn es da auftritt, dann vermutlich auch am Arbeitsplatz. Ihr zieht vermutlich Vorgesetzte und Mitarbeiter mit hinein, die ständig diese Knöpfe bei euch drücken. Denn ... Du lachst ... warum lachst Du? Denn diese Knöpfe sind nicht in einer schönen Schachtel verwahrt, da sie keine Grenzen kennen. Wenn sie in einer Beziehung auftreten, dann auch in anderen. Ihr wollt, dass diese Menschen anders sind, die positiven Eigenschaften, die ihr als positiv von euren Eltern erfahren habt.

So könnt ihr also alles haben, was ihr immer wolltet, gebraucht zu werden, gehört zu werden, berührt zu werden. Verstanden zu werden. Ihr wollt all diese Dinge weiterhin. Wenn ihr diese Dinge als Kind nicht bekommen konntet, habt ihr Wege gefunden, Hindernisse zu überwinden. Und die haben für euch damals vielleicht funktioniert, wenn ihr die aber immer noch als Erwachsene anwendet, dann funktionieren sie vielleicht nicht auf optimale Weise für euch. Und dies ist nun eine Gelegenheit, diese Muster neu zu definieren. Ich möchte euch nun also bitten, die Sache einen Schritt weiter zu treiben. Ich möchte euch bitten, die Weisheit eures Herzens zu benutzen. Lasst mich erklären... Was wir gestern gelernt haben, Gehirn und Herz miteinander zu verbinden, Zugang zu dieser Weisheit des Herzens zu kriegen. Und wenn ihr in die sem Bereich seid, bitte ich euch, eurem Herz diese Frage

zu stellen. Was ist eine gesunde Weise, das zu bekommen, was ich möchte und brauche? Was wäre eine gesunde Alternative zu den Mustern der Vergangenheit? Was ist ein gesunder Weg, um das, was ich möchte und brauche, zu erhalten? Und diese Antwort nehmen wir dann und stecken sie zurück in eine Affirmation, die wir in unserem Unterbewusstsein verankern, während wir noch in dem Bereich sind. Das machen wir damit. Seid ihr einverstanden? Ja? Nein? Alle dabei? Ergibt es Sinn? Okay, das machen wir jetzt. Ich möchte euch also bitten, das zu tun, was wir zuvor gemacht haben. Wir haben gesagt, dass, wenn wir unser Herz und unser Gehirn in dieser Kohärenz zusammenbringen, dann ist das unser neuronales Netzwerk.

Zwei unterschiedliche Organe, ein mächtiges Netzwerk, das zusammenwirkt. So dass wir die Tür zu all diesen außergewöhnlichen Erfahrungen öffnen. Intuition gehört dazu. Das Wissen unseres Herzens wäre ein weiterer Punkt. Es ist eine wunderbare Gelegenheit, diesen Raum zu erstellen, in diesen Raum zu gehen und uns selbst eine Frage zu stellen. Wenn ihr übrigens irgendwelche anderen Fragen habt, die ihr fragen möchtet, wenn ihr in dem Raum seid. Einige von euch haben heute Morgen gefragt, oder vielleicht war es gestern, und da habe ich gesagt, dass ich das nicht für euch beantworten kann, ihr aber für euch selbst schon. Wenn ihr eben die Weisheit eures Herzens betretet. Wenn ihr in dem Raum seid, könnt ihr alles Mögliche fragen.

Euer Herz wird antworten. Wenn ihr aber eine Stimme vernehmt, oder eine lange Erklärung bekommt. Ich erinnere mich, dass, als ich fünf Jahre alt war, meine Tante zu Besuch kam und an die Tür klopfte ... dann ist das nicht euer Herz. Okay? Das ist euer Ego. Das ist euer Gehirn. Und vielfach wird das eine Sackgasse sein. Euer Gehirn wird das als Ablenkung nutzen, um euch nicht dazu vordringen zu lassen, was wirklich klar und wahr für euch ist. Euer Herz antwortet sehr deutlich und sehr direkt. Sehr rasch. Normalerweise bevor die Frage noch vollständig gestellt ist. Wenn ihr es in eurem Geist fragt und euer Herz antwortet, dann ist das nicht linear. Denn euer

Herz weiß schon, was ihr fragen werdet. Eine der herausragenden Fähigkeiten der Weisheit des Herzens ist es, in die Zukunft schauen zu können. Noch über das hinaus, was ich heute hier machen kann. Aber die Labortests zeigen sehr deutlich, dass unser Herz bereits vor dem Eintreten eines emotional bedeutsamen Ereignisses weiß, dass etwas passiert. Und das ist nicht im statistischen Zufallsrahmen. Wie das passiert, ist immer noch unbekannt, aber es hat etwas mit Quantenfeldern und Quantenverbindungen zu tun. Okay? Ich bitte euch also, diesen Raum zu betreten. Damit wir diese Erfahrung machen können.

Ich bitte euch zu fragen: Was sind gesunde Wege, um das zu bekommen, was ich möchte und benötige? Gehen wir zu Track 1. Ihr könnt das Notizbuch offen halten, ihr werdet da gleich reinschreiben. Aber stellt bitte eure Beine gerade. Bitte legt eure Beine nicht übereinander. Ich bitte euch, eure Augen zu schließen, so dass ihr eure Aufmerksamkeit nach innen richten könnt. Denn wenn eure Augen geöffnet sind, seid ihr von der Technologie auf den Bildschirmen vereinnahmt. Und natürlich von der atemraubenden Performance auf der Bühne. Dann seid ihr nicht auf euer Herz konzentriert. Ich bitte euch also, euch diesen Moment zu nehmen. Atmet tief ein. Und versetzt euch ganz in diesen Augenblick.

Während ihr eure Augen sanft schließt, richtet ihr eure Aufmerksamkeit nach innen, und ihr erlaubt eurer Aufmerksamkeit sich von eurem Verstand in euer Herz zu bewegen. Vom Verstand zum Herzen. Und wenn es euch hilft, eure Herzmitte sanft zu berühren, dann könnt ihr das jetzt auf eine Weise tun, die euch angenehm ist. Erlaubt es, dass eure Aufmerksamkeit in euer Herz zieht. Und von dem Ort, wo ihr das Gefühl spürt, könnt ihr etwas langsamer als normal atmen. Vielleicht fünf Sekunden einatmen, fünf Sekunden ausatmen. Was immer euch angenehm ist. Atmet, als käme die Atmung von dem Ort, wo ihr die Berührung spürt. Das bist Du. Du verbindest Herz und Gehirn. Zwei Organe, ein mächtiges Netzwerk. Sein einziger



Zweck ist es, Dir zu dienen. In eurem Leben, zu dieser Lebenszeit. Euer Herz und euer Gehirn haben darauf gewartet, dass ihr diese Verbindung erstellt. Das ist ihr natürlicher Zustand. Und durch diese Verbindung ist euer System vollständig und ganz. Wenn die Verbindung hergestellt ist, folgt als nächster Schritt, so gut, wie Dir möglich zu spüren, spüre die Gefühle von Dankbarkeit. Fürsorge. Anerkennung. Mitgefühl. Dankbarkeit. Fürsorge. Für irgendetwas. Für irgendein Lebewesen. Anerkennung. Dankbarkeit. Und während ihr diese Gefühle spürt, etabliert der Vorgang des Fühlens die Kommunikation, die Kohärenz zwischen eurem Herz und eurem Gehirn.

Denkt daran zu atmen, während ihr Dankbarkeit und Anerkennung spürt dafür, dass ihr diese Verbindung habt. Und während ihr diese Verbindung etabliert, öffnet das die Tür zu den Möglichkeiten, den unbegrenzten Möglichkeiten außergewöhnlicher Seinszustände. Einen dieser Seinszustände laden wir jetzt in unsere Bewusstheit ein. Das ist der Zustand der Weisheit des Herzens. Vom Ort aus, wo ihr die Berührung spürt, bitte ich euch still eine Frage zu stellen. Stellt euch die Frage: Was ist für mich ein gesunder Weg, die Dinge in meinem Leben zu bekommen, die ich möchte und brauche? Was ist ein gesunder Weg, das zu bekommen, was ich als Kind wollte und brauchte? Was ist als Erwachsener ein gesunder Weg? Eine gesunde Alternative zu dem, was ich vielleicht in der Vergangenheit gemacht habe? Was ist ein gesunder Weg, die Dinge zu bekommen, die ich in meinem Leben will und brauche?

Und während Du diese Frage stellst, – vermutlich noch bevor die Frage zu Ende gestellt ist – werden die Antworten »Bumm!« rasch zu Dir kommen. Darum sind wir in diesen Raum gekommen. Ich bitte euch also, die Frage zu stellen und während euch die Antworten erreichen, öffnet ihr eure Augen und schreibt diese Antworten auf. Einzelne Wörter oder kurze Sätze. Einzelne Wörter oder kurze Sätze. Und das sollte nicht lange dauern. Wenn ihr in eurem Herzen seid, ist die Antwort sofort da. Okay. Es ist nun möglich, eure

Augen zu öffnen. Ich bitte euch jetzt, eure Augen zu öffnen. Schaut mich an oder schaut auf den Schirm. Ihr seid immer noch im Raum. Ihr seid jetzt in einem veränderten Bewusstseinszustand. Ihr wisst vielleicht nicht, dass ihr in einem anderen Bewusstseinszustand seid, weil andere Menschen um euch herum sind, die sich in dem gleichen veränderten Bewusstseinszustand befinden. Wenn wir in einen anderen Teil des Gebäudes gehen würden und wir mit anderen Menschen interagieren würden, würdet ihr feststellen, dass ihr euch in einem vollkommen anderen Raum befindet als sie.

# Kapitel 5:

Die Sprache der Göttlichen Matrix

## Lektion 15:

Deine gesunde Alternative

Eure gesunde Alternative Die neue gesunde Alternative. In der Vergangenheit habt ihr gesagt, dass ihr manchmal Menschen in euer Leben zieht, die genau das sind, was ihr am wenigsten bei euren Erziehungsberechtigten gemocht habt. Jetzt sagt ihr: Ich ziehe Leute in mein Leben, die und jetzt fügt ihr ein, was immer B war: die positiven Dinge an euren Erziehungsberechtigten. Okay? Ihr sagt jetzt nicht mehr: Manchmal mache ich das. Ihr sagt: Ich ziehe Leute an, die Eigenschaften haben, die ich als Kind als positiv erkannt habe. Freundlich, fürsorglich, liebevoll, spaßig, spielerisch, beschützend. Hartarbeitend, eifrig, sauber, stark. Sozial, talentiert, fürsorglich verständnisvoll. Ich ziehe Menschen in mein Leben, die genau das sind, was ich an meinen Erziehungsberechtigten bewundert habe.

Das ist eure erste Aussage. Das wird eine Affirmation. Aussage Nummer 3: Damit ich – fügt C ein – haben kann. Ihr wollt immer noch die gleichen Dinge. Ihr wählt aus C, ihr wollt immer noch die gleichen Dinge. Damit ich Umarmungen, Liebe, Anerkennung, Sicherheit haben kann. Mich wichtig, sicher, glücklich fühlen. Damit ihr diese Dinge haben könnt. Hier ist der Schlüssel: Es gilt nun, einen neuen Code hinzuzufügen: Ich unterstütze mich dabei, die Dinge, die ich will und brauche zu bekommen, indem ich – und hier fügt ihr nun ein, was euch euer Herz gesagt hat – eure neue, gesunde Alternative. Statt also einige der Dinge zu tun, die vielleicht in der Vergangenheit funktioniert haben und nun nicht mehr funktionieren.

Nun schafft ihr eine neue, gesunde Alternative. Das fügt ihr da ein. Haltet bitte das Video an und verbindet euch mit eurem Herzen und findet eure neue, gesunde Alternative. Dies ist die fünfte Seite des Bogens »Creating Better Alternatives Process« Kann ich einige von euch fragen, was euch euer Herz gesagt hat, während die anderen noch schreiben? Was sind einige dieser neuen, gesunden Alternativen? Offen sein. Sich mitteilen. Anwesend sein. Glauben. Vertrauen. Anderen Dienen Ihr macht das jetzt als Erwachsene. Perfekt. Wir befinden uns jetzt gemeinsam in einem veränderten Bewusst-

seinszustand. Eure gesunde Alternative Die neue gesunde Alternative. In der Vergangenheit habt ihr gesagt, dass ihr manchmal Menschen in euer Leben zieht, die genau das sind, was ihr am wenigsten bei euren Erziehungsberechtigten gemocht habt. Jetzt sagt ihr: Ich ziehe Leute in mein Leben, die und jetzt fügt ihr ein, was immer B war: die positiven Dinge an euren Erziehungsberechtigten. Okay? Ihr sagt jetzt nicht mehr: Manchmal mache ich das. Ihr sagt: Ich ziehe Leute an, die Eigenschaften haben, die ich als Kind als positiv erkannt habe. Freundlich, fürsorglich, liebevoll, spaßig, spielerisch, beschützend. Hartarbeitend, eifrig, sauber, stark. Sozial, talentiert, fürsorglich verständnisvoll. Ich ziehe Menschen in mein Leben, die genau das sind, was ich an meinen Erziehungsberechtigten bewundert habe. Das ist eure erste Aussage. Das wird eine Affirmation.

Aussage Nummer 3: Damit ich – fügt C ein – haben kann. Ihr wollt immer noch die gleichen Dinge. Ihr wählt aus C, ihr wollt immer noch die gleichen Dinge. Damit ich Umarmungen, Liebe, Anerkennung, Sicherheit haben kann. Mich wichtig, sicher, glücklich fühlen. Damit ihr diese Dinge haben könnt. Hier ist der Schlüssel: Es gilt nun, einen neuen Code hinzuzufügen: Ich unterstütze mich dabei, die Dinge, die ich will und brauche zu bekommen, indem ich – und hier fügt ihr nun ein, was euch euer Herz gesagt hat – eure neue, gesunde Alternative. Statt also einige der Dinge zu tun, die vielleicht in der Vergangenheit funktioniert haben und nun nicht mehr funktionieren. Nun schafft ihr eine neue, gesunde Alternative.

Das fügt ihr da ein. Haltet bitte das Video an und verbindet euch mit eurem Herzen und findet eure neue, gesunde Alternative. Dies ist die fünfte Seite des Bogens »Creating Better Alternatives Process« Kann ich einige von euch fragen, was euch euer Herz gesagt hat, während die anderen noch schreiben? Was sind einige dieser neuen, gesunden Alternativen? Offen sein. Sich mitteilen. Anwesend sein. Glauben. Vertrauen. Anderen Dienen Ihr macht das jetzt als Erwachsene. Perfekt. Wir befinden uns jetzt gemeinsam in

einem veränderten Bewusstseinszustand. Sind wir wirklich. Wir leisten große Arbeit in diesem Zustand. Ich bitte euch nun, von dieser Schablone entweder auf eurem Blatt vor euch oder auf dem Schirm mit weit geöffneten Augen in diesem veränderten Zustand. Verbindet euch erneut mit eurem Herzen. Berührt die Mitte eures Herzens. Das Wort, das ihr mit eurem Gefühl verankert habt, als ihr den Film mit Emanuel gesehen habt, wenn euch das hilft, vergegenwärtigt euch das Wort. Nutzt das Wort. Holt diesen Raum eures Herzens hervor, geht in euer Herz mit diesem Wort. Sagt es euch vor. Holt dieses Gefühl zurück in euer Herz. Okay. Was wir jetzt tun, ist Zugang zum Unterbewusstsein bekommen.

Wenn wir diese Verbindung herstellen, die Verbindung zwischen Herz und Gehirn, dann öffnet diese Kohärenz die Tür. Das ist eine Hotline zum Unterbewusstsein. Vielleicht sagt ihr: »Nun, fühlt sich nicht sonderlich anders an als sonst.« Das ist nicht anders als Kind, das fühlt sich auch nicht groß anders an. Aber euer Unterbewusstsein weiß, dass es anders ist. Und ich bitte euch jetzt, in eurem Geist – da wir so viele sind – das würde laut nicht funktionieren, also in eurem Geist bitte ich euch, das zu euch selbst zu sagen. In eurem Unterbewusstsein. Benutzt die neue Sprache, die ihr gerade hergestellt habt. Ich ziehe also Leute in mein Leben, die die positiven Eigenschaften haben.

Damit ich die Dinge haben kann, die ich als Kind immer gewollt habe. Und ich unterstütze mich dabei, diese Dinge, die ich wollte und brauchte, zu bekommen, indem ich offen bin, mich ausdrücke, indem ich anwesend bin, indem ich Vertrauen in meinem Leben schaffe, indem ich offenes Herzens Mitgefühl habe, Berührungen zulasse. Und nachdem ich das ein Mal gesagt habt, bitte ich euch, eure Augen zu schließen, und einfach ... – das ist eure neue Affirmation. Schließt eure Augen und sagt das mit voller Absicht zu euch selbst. Berührt dabei die Mitte eures Herzens, seid in dem Raum. Ihr programmiert euer Unterbewusstsein. Ich unterstütze mich, das zu bekom-

men, was ich brauche, indem ich das tue, was immer hier steht. Durch meinen Glauben, mein Vertrauen, meine Offenheit. Meine Vergebung. Ich unterstütze mich selbst, die Dinge zu bekommen, die ich immer schon wollte und brauchte, indem ich diese neuen, gesunden Alternativen befolge. Ich unterstütze mich selbst. Ich unterstütze mich selbst. Das ist der Schlüssel. Ich unterstütze mich, die Dinge zu bekommen, die ich immer schon wollte und brauchte. Indem ich offen bin, indem ich anwesend bin. Indem ich Vertrauen habe, indem ich Berührungen zulasse.

Was immer es für euch ist. Nehmt euch einen Augenblick Zeit. Während ihr das ausfüllt und aus dem Kurs mitnehmt, könnt ihr das jederzeit benutzen, wenn ihr den Raum betretet. Es ist gut, das zu tun, bevor ihr abends schlafen geht. So wird das die Bewusstheit, in die ihr euch hineinfindet. Während euer Gehirn in andere Zustände driftet. Das ist es, wo die Reprogrammierung der unterbewussten Muster stattfindet. Der Schlüssel dabei ist, euch zunächst in die Herz-Gehirn-Kohärenz zu begeben. Damit ihr wirklich zu eurem Unterbewusstsein sprecht. Es wird nicht funktionieren, wenn ihr nicht mit eurem Unterbewusstsein sprecht. Ihr macht es also genau so, wie wir es hier gemacht haben. Das ist wirkungsvolle Arbeit.

Nun werdet ihr euch der Werkzeuge auf gesunde Weise und verantwortungsvoll bewusst. Ihr werdet erstaunt sein, wie rasch, diese Dinge einen Unterschied machen, wenn wir mit unserem Unterbewusstsein kommunizieren. Wir sind wirklich in einem veränderten Bewusstseinszustand. Ihr wisst es noch nicht. Wenn wir in einen anderen Bewusstseinszustand wechseln, ist das ein Traum. Und so wie wir aus einem Traum erwachen, wenn wir nachts schlafen, wird dieser Traum am Tag eine entfernte Erinnerung, und manchmal vergessen wir ihn vollständig. Das Gleiche geschieht, wenn wir aus einem veränderten Bewusstseinszustand erwachen. Da wir uns in einer vollkommen anderen Realität befinden. Ihr habt mir alle vertraut, euch zu führen. Wir sind nun alle in diesem Zustand. Und das wird sich gleich rasch



verändern. Ich möchte nicht, dass ihr geringschätzt, was wir hier tun, weil wir hier mit geöffneten Augen sitzen und es möglich ist, sich in tiefe, sehr bewegende, veränderte Zustände zu begeben. In der Gegenwart von anderen, mit offenen Augen, völlig wach. Das ist das Gespräch mit unserem Unterbewusstsein, die diese Veränderungen hervorbringt. Das ist der Abschluss dieses Teils des Kurses, den wir machen. Wir haben über die Spiegel der Beziehungen gesprochen. Wir holen diese Leute in unser Leben, die die Muster in uns spiegeln. Und wenn wir uns fragen, woher diese Muster kommen, stammen sie aus Erfahrungen mit unseren Erziehungsberechtigten in den ersten 6 bis 10 Jahren unseres Lebens.

Drei Jahren sind wir in Delta und Theta. Danach gehen wir zu Alpha und saugen dann immer noch wie Schwämme alles auf. Und für diese Muster finden wir, weil wir so kreativ sind, Wege, um sie in unser Leben zu implementieren, Wege, die für uns als Kinder funktioniert haben, nur um zu bekommen, was wir brauchen. Und als Erwachsene aber wissen wir es nicht besser und versuchen manchmal die gleichen Muster anzuwenden. Manchmal sind das manipulative Muster. Nur auf erwachsene Weise. Weil es als Kind funktioniert hat, versuchen wir es als Erwachsene wieder.

Manchmal funktionieren sie nicht mehr. Und wenn das so ist und ihr euch in einer solchen Situation befindet, dann lade ich euch ein, den Prozess nochmal zu machen und herauszufinden, was ihr als Kind gelernt habt, wofür ihr eine Aufladung spürt, wie sich diese Aufladung bei den Menschen in eurem Leben bemerkbar macht, und dann durch diesen Prozess zu gehen, um diese Aufladung zu heilen. Wenn ihr das macht, werdet ihr herausfinden, werden die Leute, die sich von euch aufgrund der Aufladung angezogen fühlen, verschwinden. Ihr müsst nicht sagen: »Mit euch rede ich nicht mehr.« »Ich will nichts mehr mit euch zu tun haben.« Es ergibt nur keinen Sinn mehr, für euch, in Verbindung zu treten. Ihr werdet merken, dass die euch immer seltener auf den Fluren begegnen, euch immer seltener anrufen. Für Paare,

die unter ungesunden Bedingungen zusammen kamen, wenn sie die Heilung durchlaufen, schauen sie sich an und sagen: »Weißt Du was? Diese Beziehung ergibt keinen Sinn mehr.« Im Kontext dessen, was es mal war. Und das stimmt, weil sie davon geheilt sind. Nun können sie entscheiden. Willst Du mit mir auf eine neue Reise gehen? Lernen wir uns auf gesunde Weise kennen. Oder begeben wir uns auf eine neue Reise als Freunde? Und gehen getrennte Wege. Da gibt es kein richtig oder falsch. Ihr macht dann alles aus einer bewussten Perspektive. Und das ist die Kraft, die dahintersteckt, so etwas tun zu können.

Wir haben nun ein neues, gesundes Muster, was haben wir gemacht? Wir leben in dieser gespiegelten Wirklichkeit. Das haben wir uns angesehen. Es spiegelt sich durch Beziehungsmuster. Herzbasierte Gefühle sind die Sprache, die mit dem spricht, was gespiegelt wird, sie spricht zur göttlichen Matrix. Das ist der Schlüssel zu all diesen Dingen. Wir stellen fest, dass wir zunächst in unserem Leben das werden müssen, was wir in unserem Leben erfahren wollen. Ist das nicht interessant? Wir müssen selbst die Heilung, der Überfluss, die Erfüllung sein, die wir in diesem Leben erfahren wollen. Und im nächsten Abschnitt erfahren wir, warum das so ist. Wir gehen das rasch durch. Unsere tiefsten Überzeugungen werden in unseren intimsten Beziehungen gespiegelt. Da haben wir das größte Wachstum. Das erfordert natürlich, dass ihr die Beziehung überlebt. [Gelächter] Und das tun wir.

# Kapitel 6:

Quantenmöglichkeiten

Lektion 1:

Quantum Heilung

Quantenheilung In diesem Teil des Kurses wechseln wir die Gangart. Das Feld ist da draußen. Die göttliche Matrix ist da draußen. Wir sind auf außergewöhnliche Erfahrungen gepolt, wir sind darauf gepolt, mit dem Feld zu kommunizieren. Wie funktioniert das? Nun, wir haben gesagt, dass das Feld ein Behälter, eine Brücke und ein Spiegel ist. Ich konzentriere mich jetzt auf den Brückenaspekt und tue das, indem ich etwas mit euch teile, das Wissenschaftler ein Wunder nennen. Ich habe Mitte der 90er Jahre bei einem chinesischen Heiler gelernt.

Er war ausgebildet in einer 500-jährigen Tradition. Er war der Erste aus seiner Reihe von Ahnen, der China verlassen hat, um diese Tradition in anderen Teilen der Welt teilen zu können. Das war eine Kombination aus... Es war eine alte Weisheit und eine Form des Qigongs. Allerdings eine einzigartige Form namens Qilil. Qilil Qigong. Der Name des Mannes ist Luke Chen. Ein großartiger Meister und großartiger Heiler. Ich habe von seinem Werk erfahren und dann ein paar Telefonanrufe gemacht und gesagt, ich wolle bei Luke Chen in Peking studieren. Und die Person am Telefon sagte: »Das können Sie gern machen, aber wenn Sie in Amerika leben, gehen Sie vielleicht lieber in seine Praxis in Minneapolis. [Gelächter] Ich lebte damals zeitweise im Süden Floridas und dachte: »Oh, Minneapolis, das kriege ich hin.« »Wie ist der Terminplan, kann ich nächste Woche kommen?« Und sie sagte: »Nun, normalerweise wäre das jederzeit möglich.

Aber er gibt da einen Workshop im Süden Floridas.« [Gelächter] In Fort Lauderdale. Also wanderte ich von der Bereitschaft, um die halbe Welt nach Peking zu reisen, zu ein paar Stunden Autofahrt von meinem Wohnort entfernt. In Fort Lauderdale habe ich zum ersten Mal Luke Chen getroffen. Bei diesem Treffen und während der Zeit, die ich bei ihm gelernt habe, zeigte er einen Film. Es ist ein Video, das uns zeigt, wie real unsere Beziehung zu der göttlichen Matrix wirklich ist. Es geht dabei um die Heilung einer Frau, die einen inoperablen Tumor in ihrer Blase hat. Es ist kein professioneller Film.

Er hat es nicht für eine Vorführung auf der Leinwand vorgesehen. Der Film wurde in einer Klinik zu Dokumentationszwecken angefertigt. Die erfolgreiche Behandlung einer Patientin. Eine von vielen. Das ist kein Einzelfall. Die haben das schon oft gemacht. Ich möchte sehr deutlich sagen, was ihr hier sehen werdet. In diese spezielle Klinik laufen die Leute nicht einfach rein und sagen: »Ok, ich bin bereit geheilt zu werden. Könnt ihr euch beeilen? Ich habe gleich ein Mittagessen.« So funktioniert das nicht. Die gehen durch eine Vorbereitungsphase. Okay? Das sind wirklich aussichtslose Fälle. Schulmediziner haben gesagt, dass sie nicht mehr helfen können. Die Leute gehen da als letzte Hoffnung hin.

Die lernen sich da selbst kennen. Sie lernen, sich anders zu ernähren. Neue Formen der Bewegung, sportlichen Trainings. Qigong ist ein großer Teil davon. Sie lernen neue Arten des Denkens und des Atmens. Denn es würde keinerlei Sinn ergeben die Heilung zu durchlaufen, ohne diese Dinge zu lernen, die die Heilung nachhaltig machen. Ergibt das Sinn? Einfach in das Leben zurück, das man zuvor geführt hat, das ist sozusagen das westliche Medizin-Modell. »Okay, ich habe da ein Problem. Können Sie das rasch in Ordnung bringen. Ich habe was zu tun.« Und wenn das Problem wiederkehrt, sagen die Leute: »Ich dachte, das wäre weg, das hätte sich erledigt ...« Das Problem mag zwar weg sein, doch das Muster, das es hervorgebracht hat, ist noch da. Die Leute durchlaufen also eine Vorbereitungsphase.

Und ab einem gewissen Punkt ist es sinnvoll, dass sie das erleben, was ihr gleich sehen werdet. Das ist eine Frau, die einen inoperablen Tumor in ihrer Blase hat. Etwa 8 cm Durchmesser. Und durch Ultraschall können wir in Echtzeit sehen, das ist kein Zeitraffer wie beim Discovery Channel, das ist Echtzeit. In nur zwei Minuten und 30 Sekunden verändert sich ihr Leben, während der Tumor aus ihrem Körper verschwindet. Und wie er verschwindet, bleibt mysteriös, bis wir verstehen, was passiert. Dann ist es kein Mysterium mehr, sondern eine Technologie. Es ist eine Technologie, die auf der

außergewöhnlichen Natur eures Seins basiert. Und auf das, worauf wir gepolt sind. Was wir verfügbar haben. Es sind drei Techniker, die mit dem Qigong arbeiten. Es gibt einen Ultraschalltechniker, der sitzt, die Frau liegt und ist bei Bewusstsein. Sie ist nicht betäubt, sie ist wach und glaubt an den Prozess. Sie akzeptiert und ist willens diesen Prozess zu durchlaufen. Und ich spiele euch jetzt den Ton vor. Audio Nummer 1 bitte. Denn ich möchte, dass ihr hört, was im Raum vor sich geht. Was in dem Raum geschieht, ist das, was uns in den nächsten Abschnitt führt. Was in dem Raum geschieht, ist, dass die Praktizierenden einen Gesang anstimmen.

Da sind keine Zauberworte. Bitte schreibt mir nicht und fragt nach Zauberworten. Was ist der magische Spruch, der magische Gesang? Es ist ein Wort, auf das sie sich untereinander geeinigt haben. Es verstärkt verbal, was sich in ihnen abspielt. Es ist zweiteilig. Zunächst sagen sie: wha - sa - wha - sa ... wha - sa - wha - sa ... Lose übersetzt heißt das – und mein Chinesisch ist fürchterlich. Lose übersetzt bedeutet das: »Bereits geschehen.« Sie kommen aus der Richtung, dass die Heilung bereits stattgefunden hat. Das ist ein großer Unterschied zur westlichen Medizin, bei der wir einen Zustand beurteilen und sagen: »Schlecht«, »Tumor« Ihr müsst weggehen. Wir wollen Dich nicht.

Wir werden Dich aufschneiden, Dich bestrahlen. Es ist eine Verurteilung des Tumors. Die verurteilen den Zustand nicht. Die beurteilen überhaupt keinen Zustand. Sie sagen, die Frau ist geheilt. Und was immer es braucht, damit ihr Körper das, was sie im Feld erschaffen haben, zu spiegeln, zwischen ihnen, das wird ihr Körper spiegeln. Er wird sich anpassen, um die Realität, die sie geschaffen haben, zu spiegeln. Das ist der Unterschied zwischen linearer und Quantenheilung. Lineare Heilung ist das, was ihr als Kinder beigebracht bekommt. Euer Unterbewusstsein hat lineare Heilung akzeptiert. Wenn ihr euer Knie verletzt habt, dann haben Mama und Papa vermutlich gesagt, dass das Knie heute ein bisschen besser wird, und dass es morgen

noch nicht geheilt, aber schon etwas besser sein wird, und es wird immer ein bisschen besser. Richtig? Und darauf ist unser Körper über das Unterbewusstsein programmiert. Selbst, wenn ihr spirituell bewusst seid und wisst, dass ihr nahezu sofort gesund werden könnt, so mächtig ist euer Unterbewusstsein. Das ist sehr unterschiedlich zu dem, was ihr hier sehen werdet. Die arbeiten nicht auf die Heilung zu, sie nähern sich aus Richtung der Heilung. Das ist ein mächtiger Unterschied. Es besteht ein großer Unterschied dazu, auf ein Ergebnis hinzuarbeiten, oder von dem Ort aus zu beginnen, da das Ergebnis bereits stattgefunden hat.

Hier seht ihr, wie groß der Unterschied ist. Hier ist ein Filmstill, das Schwarze ist die Leere der Blase. Was ihr hier seht, ist der Tumor. Das ist der Boden der Blase. Okay, das ist das Vorher-Bild. Hier ist das Nachher-Bild. 2 Minuten und 30 Sekunden später. Und man fragt sich: Wo ist der Tumor? Wie haben die das gemacht? Der Tumor existiert in dieser Realität nicht, denn ihr Körper spiegelt eine Quantum-Möglichkeit, die die Praktizierenden durch ihre Fähigkeiten erschaffen haben. Das ist es, was sie tun. Schauen wir uns den Film an. Und hören wir zu. Ich glaube, der Ton läuft. Luke spricht. Die Frau ist also wach, sie ist bei Bewusstsein, da ist der Bauch. Da ist der Ultraschall und der Techniker. Das ist ein geteilter Schirm.

Links findet ihr das Vorher-Bild. Die machen ein Foto zur Dokumentation. Rechts sehen wir das Bild in Echtzeit. Haltet die rechte Bildschirmseite im Auge, während die mit dem Prozess beginnen. Hier kommt es nun in den Fokus. Die linke Seite ist die Momentaufnahme, das ist keine Echtzeit mehr. Rechts ist Echtzeit. Machen – machen – machen ... Er ist verschwunden. Die klatschen in die Hände, um die Energie aufzubrechen, habt ihr das gehört? »Bumm!« Gehört? Die klatschen sich gegenseitig ab, da das Leben der Frau soeben verändert wurde. Im Westen nennen wir sowas ein Wunder. Denn wir erlauben die Technologie, die Verbindung nicht. Wir erlauben die Existenz eines Feldes nicht, wir erlauben nicht, dass unsere Gefühle mit die-



esem Feld kommunizieren. Wir erlauben es nicht, dass der menschliche Körper ein Energiefeld erstellen kann, das Ganzheit und Perfektion spiegeln kann. Wir haben uns selbst also darauf beschränkt, die Erfahrungen zu machen, da wir sie nicht zulassen. Nicht Du und ich. Wir als Gesellschaft. Das, was in den Schulen gelehrt wird. Ich muss euch sagen, dass ich unter Medizinern Freunde verloren habe, die das gesehen haben und sehr wütend auf mich geworden sind. Ich sage dazu, dass ich das lediglich mit euch teile. Eine gute Freundin hat gerade ein von der Regierung gefördertes Forschungsprojekt zur Dokumentation alternativer Heilmethoden zu Ende gebracht, bei dem sie zeigen sollte, warum die nicht funktionieren. Ein schönes dickes Buch mit einem tollen blauen Cover, sie gab es mir, und ich fragte: Hast Du Dir auch traditionelles, medizinloses Heilen angesehen? Medizinlose Krankenhäuser, als wäre das ein Oxymoron. Die traditionelle Heilkunst in Peking. Sie wischte es zur Seite. Ich sagte ihr, dass ich einen Film da hätte. »Lass ihn mich dir zeigen.«

Damals war er auf einer VHS-Kassette. Sie sah es sich an und war außer sich. Sie sagte: Willst Du behaupten, ich hätte die falschen Traditionen studiert? Und ich: »Ich behaupte gar nichts. Ich teile nur mit Dir, was ich als wahr herausgefunden habe. Ich habe mit diesem Mann studiert und gearbeitet. Das ist eine reale Sache.« Inzwischen reden meine Freundin und ich kaum noch.

# Kapitel 6:

Quantenmöglichkeiten

Lektion 2:

Quantenmöglichkeit

Quanten-Möglichkeiten Gebete könnten genau das sein, diese Form der Erfahrung sein. Wir sind über dieses Energiefeld verbunden. Es gibt eine geteilte Matrix, die den Raum des Universums erfüllt, unsere Körper und unsere Welt gehen aus dieser Matrix hervor. Gefühle und Überzeugungen übersetzen Quanten-Möglichkeiten in die Realität unseres Lebens, in unsere Körper. Was wir hier tun, was die da gemacht haben, und was Gebete tun, es übersetzt Quanten-Möglichkeiten in Erfahrungen in unserem Leben. Indigene Menschen haben das bereits seit sehr langer Zeit gemacht.

Und ich möchte euch zeigen, wie das funktioniert. Das Quantenfeld... ihr habt schon alle von Quanten-Möglichkeiten gehört, stimmt's? Ich möchte, dass ihr folgendermaßen darüber nachdenkt... bleibt bei mir... das ist ein sehr nützlicher Weg, darüber nachzudenken, was Quanten-Möglichkeiten sind. Was bedeutet das wirklich? In der Quantensuppe existieren alle Dinge bereits. Im Quantenfeld existiert alles als Potential, als Möglichkeit. Es ist noch nicht wahr. Das würden wir eine Vektorrealität nennen. Es ist ein Potential. Das nennen wir »Scaler Reality«. Wenn ihr Physiker seid, wisst ihr genau, was ich meine. Wenn nicht, nennen wir das Potential. Ihr könnt euch das so vorstellen: Seht ihr, wie die Energie im Grunde implodiert in dieser Quanten-Möglichkeit. Sie bewegt sich entweder nach innen oder nach außen. Ist das nicht ein tolles Bild? Ich wünschte, wir hätten sowas in den 60ern gehabt. Bei einem Jerry Garcia Konzert.

Wenn da sowas im Hintergrund gelaufen wäre, hätten Leute da gutes Geld für bezahlt. Die Sache ist die: eine Quanten-Möglichkeit ist als Potential in Bewegung. Es ist nicht real. Ihr sagt okay ... Mein Freund, der sagte: Meine perfekte Partnerin erscheint mir jetzt. Meine perfekte Partnerin erscheint mir ... oh, da geht sie hin, meine perfekte Partnerin. Wo ist sie hin? In meinem Leben gibt es Überfluss. In meinem Leben gibt es... da ist es, ich kann es sehen. Der Überfluss, wo ist er hin? Hier ist die Antwort: es ist in Bewegung als ein Potential. Lasst mich das vergleichen. Ich werde dem etwas

gegenüberstellen. Schaut euch das an. So sieht ein Atom aus. Was ist anders in diesem Bild im Vergleich zu diesem Bild hier. Wer sagt mir, was der Unterschied ist? Es pulsiert an der Stelle. Es bewegt sich nicht nach innen und nicht nach außen, es pulsiert an Ort und Stelle. Es ist ein Bild, das kürzlich hiervon erstellt wurde. Dies ist ein Atom. Wenn wir in das Feld der Quanten-Möglichkeiten vorstoßen ... – schauen wir uns erst mal die Sprache an, dann widmen wir uns der Technik. Wenn wir dahin vorstoßen, in das Feld der Möglichkeiten, die Quantensuppe, in der alles bereits existiert, das Beste vom Besten und das Schlimmste. Der größte Überfluss wie auch die bitterste Armut. Die schlimmsten Dinge, die man sich vorstellen kann, sind bereits als Möglichkeiten vorhanden.

Wir sehen die aber nicht in unserem Leben, bis wir hineingreifen und eine dieser Möglichkeiten isolieren, sie einfangen. Wir verankern es, wir bringen es in diese Welt, indem wir von der Möglichkeit in etwas bringen, das wir Kollaps der Wellenfunktion nennen, in etwas, das in unserer Welt real ist. Und dann wird es zu einem Atom, einer Realität in unserem Leben. Wenn ihr Wissenschaftler seid, dann nennt ihr das Scaler-Potentiale, Scaler-Wellen. Wenn es aber real wird, ist es nicht mehr länger »scale«, dann ist es eine Vektorwelle. Wenn ihr diese Worte nicht mögt, dann könnt ihr das auch einfach einen Wunsch nennen. Und das hier könnt ihr Gebet nennen. Ein mächtiges Gebet. Es gibt viele unterschiedliche Wege, wirkungsmächtige Gebete zu schaffen. Unsere Vorfahren haben uns die mehrfach gelernt.

Ihr habt nun eine Technik erlernt. Anders gedacht, könnte man auch sagen, dass wir eine Art Gebet geschaffen haben. Ihr verbindet euer Herz mit eurem Gehirn. Ihr erstellt eine Kohärenz, erlaubt eurem Herz mit eurem Gehirn zu kommunizieren, und zwar über ein neuronales Netzwerk mit dem Feld aller Möglichkeiten. Und in diesem Feld gebt ihr Dankbarkeit und Anerkennung für das, was bereits da ist. Und wenn ihr das tut, ist das der Augenblick, da Dinge geschehen. Wir haben es gerade gesehen mit dem medizinlosen

Krankenhaus in Peking. Und mein Freund Luke der würde niemals Religion damit in Verbindung bringen und es niemals ein Gebet nennen. Für ihn ist das Qigong. Das ist es, was es ist. Er bildet die Energie in seinem Körper, das »qi« in seinem Körper. Er konditioniert sich selbst. Er ist durch einen Prozess des Lernens und Aufbaus gegangen. Er hat sein »qi« fokussiert. Er benutzt dafür eine bestimmte Atmung, Visualisierung und Bewegungen, um dem »qi« zu erlauben, dass es einen wirklichen Effekt auf die Welt hat. Als ich bei ihm studiert habe, gab es alles Mögliche. Wenn wir unseren Unterricht hatten, war er damit sehr vorsichtig.

Es gab Leute, die sich freiwillig gemeldet haben. Ich auch. Ich stand bei meinen Mitschülern, und die haben ein Thermometer in meinen Mund getan, um meine Körpertemperatur zu messen. Und jeder von ihnen entschied sich für eine neue Temperatur, die mein Körper erreichen sollte. Und mein Körper bewegte sich innerhalb einer oder zwei Minuten auf diese Temperatur zu. Deshalb mussten wir das Thermometer im Auge behalten, um sicherzustellen, dass die Temperatur für mich sicher war. Wir haben das in beide Richtungen gemacht. So real ist dieses Feld. Es ist eine Verantwortung damit verbunden, zu lernen, wie man diese Dinge macht.

# Kapitel 6:

Quantenmöglichkeiten

Lektion 3:

Quantenverschränkung

Wie tief sind wir also wirklich mit diesen Feldern verbunden? Wir haben zwei Experimente miteinander geteilt. Das ist nur ein paar Kursabschnitte her. Das ist das dritte dieser Experimente. Die ersten beiden, erinnert ihr euch? Das eine war, dass Photonen durch die DNA in einem Vakuum beeinflusst werden. Und Emotionen haben die DNA beeinflusst, die die Photonen im Vakuum beeinflusst haben. Erinnert ihr euch? Das ist der dritte Teil der Experimente. Dieses Experiment wurde von Nicolas Gisin an der Universität Genf durchgeführt.

Es wurde in mehr als 40 Ländern an über 3.400 Journalisten, Lehrer, Wissenschaftler und Ingenieure berichtet. Das geschah am Freitag, den 25. Juli 1997. Hier ist die Quelle, wenn ihr nachlesen wollt. [www.geneva.ch/Entanglement.htm](http://www.geneva.ch/Entanglement.htm) Die Mainstreammedien haben die ganze Studie ziemlich übergangen. Und zwar, weil es auf eine sehr technisch anmutende Weise verbreitet wurde. Ich erzähle euch, was die herausgefunden haben. Die haben ein Lichtpartikel, ein Photon genommen, aus dem unsere Welt besteht. Ihr seid inzwischen alle Photonenexperten. Ihr werdet über Photonen reden, von ihnen träumen. Sie werden in euren Kunstwerken, in eurer Musik auftauchen. Das weiß ich. Die wollten zwei identische Photonen haben, mit denen sie arbeiten konnten. Und das haben sie so gemacht, dass sie eins genommen und in zwei geteilt haben.

So dass sie exakte Zwillinge voneinander waren. Ein Photon wurde also in zwei geteilt. Wir hatten also Photon 1 und Photon 2. Sie nahmen diese Photonen und haben sie isoliert – sie konnten sie mit Hilfe der Technologie einfangen und isolieren. Und sie haben sie in ein spezielles Gefäß getan. Und mit diesem Gefäß haben sie einen Pfad erschaffen, einen Glasfaserpfad, 11 Kilometer in diese Richtung und 11 Kilometer in die andere. Sie waren also 22 Kilometer voneinander entfernt. Und das war nur der Anfang des Experiments. Als sie dann 22 Kilometer voneinander entfernt waren, haben die Wissenschaftler damit begonnen, Experimente vorzunehmen. Sie machten



etwas mit einem der Photonen. Sie kitzelten das Photon, so wurde das genannt. Ich habe dieses Bild von lachenden Photonen, die gekitzelt werden. So funktioniert es nicht wirklich. Aber es ist eine lustige Vorstellung. Und sie haben dann geguckt, wie das andere Photon in 22 Kilometern Entfernung beeinflusst hat. Wieso würde es überhaupt irgendeinen Einfluss haben? Denn wir sind darauf konditioniert, anzunehmen, dass es kein Feld gibt und alles voneinander getrennt existiert. Wenn also ein Photon eine Erfahrung macht, und ein anderes Photon das spiegelt, dann ist unsere Vorstellung, dass die irgendwie miteinander kommunizieren und eines dem anderen sagt, was es zu tun hat. Man müsste über die 22 Kilometer hinweg kommunizieren, das wäre das Denken.

Okay? Schaut euch an, was passiert ist. Die haben die Photonen in entgegengesetzte Richtungen abgeschossen. Da, los fliegen sie. Die Photonen haben jetzt also ihr Ziel erreicht und sind 22 Kilometer voneinander entfernt. Und jetzt fängt das Experiment erst richtig an. Die Wissenschaftler haben also eines der Photonen gekitzelt. Und was sie bemerkten, war, dass das andere sich so verhält, als wären sie noch miteinander verbunden. Es ist, als wäre es auch gekitzelt worden, obwohl es nicht berührt worden ist. Obwohl es in 22 Kilometern Entfernung ist. Und jetzt kommt's. Die haben eine Atomuhr verwendet, um festzustellen, wie lange es braucht, bis das Signal von einem zum anderen Photon gelangt ist. Und die Zeit ist: null.

Es findet unmittelbar statt. Und das ist ein Problem. Einstein hat gesagt, dass nichts schneller sein kann als Lichtgeschwindigkeit. Damit das unmittelbar stattfinden kann, bedeutet das, dass dieses Photon mit dem anderen Photon schneller als das Licht kommunizieren können muss. Und das kann nicht sein. Also haben sie ein Problem. Ihr aber werdet es lösen. Dann könnt ihr der Universität Genf eine E-Mail schicken, dass ihr diesen Kurs gemacht habt und die Antwort habt. Nein. Das hier haben sie herausgefunden. Es agiert, als wären sie noch miteinander verbunden. Warum passiert das?

Der Begriff, der für dieses Phänomen benutzt wird, lautet: Verschränkung. Entanglement ist der Titel eines Fernseh-Specials das auf meinem Buch »The Divine Matrix« basiert, das Hay House mit Hollywood-Schauspielern finanziert und produziert hat. Falls ihr es noch nicht gesehen habt, könnt ihr das online nachholen. Es basiert auf diesem Experiment. Allerdings sind Photonen nicht ganz so spannend wie Menschen. Es erzählt also von zwei Zwillingen, die unterschiedliche Erfahrungen im Leben haben, und wie die miteinander verbunden sind, und miteinander verbunden bleiben, was das Leben des einen rettet.

Aber ich will nicht zu viel verraten. Die Idee ist also sehr relevant für unser Leben, man nennt sie Verschränkung. Hier ist die Zusammenfassung. Sobald die Partikel physisch zusammengeführt werden ... wisst ihr noch, dass es einst ein einziges Photon war? Sobald sie also physisch zusammengeführt werden, scheint es, als blieben sie verbunden. Selbst dann noch, wenn sie physisch getrennt werden. Von der Energie her sehen sie aus, als wären sie noch verbunden. Das ist wichtig. Sobald Materie physisch miteinander verbunden wurde, bleibt sie auch dann energetisch miteinander verbunden, wenn sie physisch getrennt wird. Warum ist das wichtig? Und das ist ein großes Konzept. Es ist wichtig, weil wir in einem Universum leben, das ... es ist inzwischen ein großes Universum.

Es war nicht immer so groß. Es war einmal ein sehr kleines Universum. Das bedeutet, dass sobald Materie einmal miteinander verbunden wurde, dass sie verbunden bleibt. Gehen wir zurück. erinnert ihr euch an das Bild des Hubble-Teleskops? Diese beiden Pfeile zeigen auf das Zentrum des Universums, von dem wir glauben, dass dort der Big Bang seinen Anfang nahm, der Urknall. Wenn ihr bis zu den Anfang des Universums zurückgehen könntet, wie würde das Universum dann aussehen? Es würde so aussehen. Wissenschaftler sagen, dass das gesamte Universum, die gesamte Materie des gesamten Universums zusammengepackt war... wenn ihr allen Raum

beiseite nimmt, den Raum zwischen Elektronen und Atomen. Alle Materie des Universums war auf die Größe einer einzigen kleinen Erbse zusammengedrückt. Und sie sagen, dass es heiß war. Sehr heiß. Wie heiß? Sie sagen, dass in dem Augenblick, da der große Knall geschah, da das Universum auf diesen kleinen Raum zusammengedrückt war, dass die Temperaturen zu diesem Zeitpunkt 18 Milliarden Millionen Millionen Grad Fahrenheit war. Kommt schon, woher wisst ihr, dass es 18 Milliarden Millionen Millionen Grad Fahrenheit war? Da sagen sie: Okay, wissen wir nicht. Aber es war heiß. [Gelächter] Wirklich heiß. Okay, das nehme ich euch ab. Das Universum war heiß. Und dann geschah etwas.

Als die Energie freigesetzt wurde, begann sie sich auszubreiten. Man nennt das die Singularität. Als alles in einem Teil war. Das könnte für euer Leben relevant sein. Kleinen Moment noch, wartet kurz ab. Die Singularität des Big Bang bevor die Energie freigesetzt wurde. Das war der Moment, in dem alles miteinander verbunden war. Alles, was wir heute im Universum sehen, auch wenn es weit auseinanderliegt, war zu diesem Zeitpunkt noch physisch miteinander verbunden. Okay? Und dann kam die Freisetzung der Energie. Die setzt sich noch heute fort. Und hier nun die Frage: Wenn es verbunden war, als es eine kleine grüne Erbse war, sind wir dann immer noch über die Energie miteinander verbunden, auch wenn wir weit auseinanderliegen?

Die Antwort lautet: ja. Und darum ist es so, dass alles miteinander verbunden ist. Darum ist die Energie der Dinge... Das hat mir sehr geholfen, das zu verstehen. Man hört immer, dass alles miteinander verbunden sei. Wie kann das sein? Wie funktioniert das? Alles, was wir heute sehen, war einstmals auf diesen kleinen Raum zusammengedrückt. Es war alles so verbunden, wie die Photonen einstmals ein Photon gewesen sind. Das in zwei Hälften geteilt wurde. Und auch, wenn sie nun 22 Kilometer getrennt sind, sind sie auf der Energieebene immer noch miteinander verbunden. Auch wenn Atome in diesem großen Knall nun auf der anderen Seite des Sonnensystems,

am anderen Ende des Universums liegen, sind wir immer noch miteinander verbunden. Und das ist die Sache. Okay, also. Hier kommt die Frage. Die Veränderung in einem Photon wurde unmittelbar von dem anderen gespiegelt, obwohl sie über 22 Kilometer voneinander getrennt waren. Hier nun eine Trickfrage, und ich warne euch vor, es ist eine Trickfrage. Wie gelangte die Information des gekitzelten Photons so schnell zu dem anderen? Das war eine Trickfrage aus folgendem Grund: Ich fragte euch, wie die Information von hier nach dort kam. Sie musste gar nicht von hier nach da kommen. Weil sie bereits da war. Denn innerhalb des Quantenfeldes ist alles bereits miteinander verbunden. Im Quantenfeld geht man davon aus, dass die Partikel miteinander verschränkt sind. Und das Feld stellen wir uns holografisch vor. Und das bedeutet Folgendes: Wenn ihr das gesamte Universum nehmen würdet.

Das hier zum Beispiel. Sagen wir, das wäre das ganze Universum. Wenn wir es auf magische Weise in vier Bereiche unterteilen könnten. Bumm! Da haben wir vier Bereiche. Das hier ist das Universum. Wir teilen das Universum in vier Bereiche auf. Nun ist das Universum vier gleiche Bereiche. Aufgrund der Verschränkung ist immer noch alles miteinander verbunden. Auch wenn es aus vier Bereichen besteht. Ich stelle euch folgende Frage: Wenn ich einen Teil des Universums verändere, was bedeutet das dann für den Rest des Universums? Genau. Wenn ihr die Veränderung an einer Stelle vornehmt, seht ihr sie überall. Das ist es, was bei der Heilung geschah. Sie erschufen das Feld in dem Feld, auf das sie sich verständigt hatten. Sie wussten, wie man dieses Feld energetisch auflädt. Das ist kein Wunsch. Ein Wunsch ist eine Idee, für deren Unterstützung keine Energie vorhanden ist. Ein mächtiger Wunsch oder ein mächtiges Gebet liegt vor, wenn wir die Energie haben, was wir uns vorstellen und erschaffen, in unsere Realität zu überführen. In die Quantensuppe zu greifen, diese Möglichkeit zu isolieren, um sie dann in diese Welt zu holen. Das ist es, was wir hier sehen.

# Kapitel 6:

Quantenmöglichkeiten

Lektion 4:

Mächtiges Gebet

Ein mächtiges Gebet Kurze Frage: was glaubt ihr ist der stärkste biomagnetische Generator im menschlichen Körper? Hat jemand eine Idee? Herz oder Gehirn? Es ist das Herz. Früher sagte man uns, es wäre das Gehirn. Das Gehirn hat ein magnetisches Feld, es ist aber viel schwächer als das des Herzens. Was ist das stärkste bioelektrische Feld im menschlichen Körper? Herz oder Gehirn? Das Herz. Das Herz ist viel stärker bioelektrisch als das menschliche Gehirn.

Wenn wir mit dem kommunizieren, woraus dieses Universum, diese Welt und unsere Körper gemacht wurden, ist es dann nicht sinnvoll, dass wir dies mit dem Organ in unserem Körper tun, das dafür geschaffen wurde, um genau das zu tun? Es ist nicht das Gehirn. Es ist das Herz. Der stärkste bioelektrische und biomagnetische Generator im Körper. Und die Sprache dreht sich um Gefühle und Emotionen. Wenn wir die Gefühle und Emotionen herstellen können, die diese starken Netzwerke verbinden, dann führen wir ein Gespräch mit einer Welt, die über unser Fleisch und unseren Körper hinausreicht. Und darum geht es beim Gebet. Es fängt mit Kohärenz nicht nur zwischen unserem Herzen und unserem Gehirn an, wir schaffen Kohärenz zwischen dieser Realität und der Quanten-Möglichkeit. Ihr erschafft eine Kohärenz zwischen dem, was real ist und dem, was möglich ist. Wie ihr das macht? Ihr habt gerade ein Beispiel gesehen.

Es beginnt mit einem Gefühl. Dem Gefühl, als wäre das Gebet bereits gehört worden. Als wäre euer Körper bereits geheilt. Als wäre eure perfekte Beziehung bereits Realität. Als wäre der Überfluss bereits in eurem Leben vorhanden. Statt also darum zu bitten, dass es zustande kommt. Ich hatte Gelegenheit, während einer der schlimmsten Dürren im Südwesten der USA in 450 Jahren Geschichte in den frühen 90ern mit einem Heiler zu arbeiten. Und er fragte mich ... Sein Name war David. Er hieß nicht wirklich so, ich nenne ihn so, um seine Privatsphäre zu schützen. Und inzwischen habe ich ihn so viele Jahre auf der Bühne David genannt, dass, wenn ich ihm auf der

der Straße begegne, er daran gewöhnt ist. Für mich ist er also David. David fragte mich, ob ich ihn begleiten, und indigene Regengebete sehen wolle, ob ich mit ihm um Regen beten wolle. Ich sagte ihm, dass ich mich nicht zwei Mal bitten lassen würde. Ich hatte eine Erwartung, was ich da sehen würde. Als Angloamerikaner dachte ich, dass ich Gesänge sehen würde, Tänze, indigene Dinge, cooles Zeug. Wir gingen also in unsere Hochwüste zu einem Medizinrad, das so alt ist, dass keiner weiß, wer es dahin geschafft hat. Er sagte, meine Vorfahren haben das hierhergebracht, wir wissen nicht wer. Ich war nicht darauf vorbereitet, was ich sehen würde.

Er setzte sich in den Dreck, zog seine alten Arbeitsstiefel aus, er stand im Zentrum des Medizinrads, er erwies seinen Vorfahren Ehre, er erwies den Himmelsrichtungen die Ehre. Er schloss seine Augen, formte mit meinen Händen ein Gebets-Mudra und wendete mir kurz den Rücken zu. Er war ein paar Sekunden lang still. Dann drehte er sich um, sah auf seine Uhr, sah mich an und sagte: »Ich bin hungrig. Magst Du mit mir essen gehen?« Ich sagte: »Ja, sehr gern. Aber ich dachte, Du würdest um Regen beten.« Und das ist der Grund, warum ich euch diese Geschichte erzähle. Er sagte: »Nein.« »Wenn ich um Regen beten würde, könnte der Regen nie einsetzen« Denn in dem Moment, da ich um etwas bete, erkenne ich an, dass es gerade nicht da ist und stärke so seine Nicht-Existenz.

Denn ich bitte dann darum, es zu erledigen. Um es, in diese Realität zu bringen. Und ich sagte: »Wenn Du nicht um Regen gebetet hast, was hast Du dann gemacht?« Er sagte: »Wenn ich meine Augen schließe« Das ist wirklich mächtig. »Wenn ich meine Augen schließe, dann spüre ich das Gefühl, wie es sich anfühlt, mit meinen nackten Füßen im Schlamm meines Pueblo-Dorfs zu stehen, und der Schlamm ist da, weil es so viel ge regnet hat.« Er sagte, ich roch die Gerüche. Wie es riecht, wenn der Regen an der Erde und den Wänden entlangläuft. »Ich habe gespürt, wie es sich anfühlt, mit meiner nackten Brust durch die Kornreihen zu laufen, die so hoch waren. Da es so



viel Regen gegeben hat. Und dann bedanke ich mich für den Regen, als sei er schon eingetreten.« Wir fuhren also in die nächstgelegene Stadt etwas essen. Als ich an dem Nachmittag zu meinem Anwesen zurückfuhr, trat etwas ein, das wir lang nicht gesehen hatten. Große, schwarze Wolken kamen über den Sangre Cristos herein. Es begann zu regnen. Und es regnete und regnete und regnete. Es regnete die ganze Nacht. Es regnete am nächsten Morgen, es regnete den ganzen Nachmittag. Es regnete und regnete, es hörte nicht auf. Es regnete so viel, dass die Felder geflutet wurden, dass das Vieh eingeschlossen war. Straßen wurden weggespült. Ich rief David an und sagte: Ich sagte: »David, das ist ein Chaos. Was geht denn bitte da vor?«

Und ich wünschte, ich hätte sein Gesicht gesehen. Ich habe nur seine Stimme gehört. Er war einen Moment lang still, und er sagte: Er sagte: »Das ist der Teil des Gebets, den unsere Vorfahren nie verstanden haben.« [Gelächter] Sie konnten den Regen auslösen, wussten aber nicht, wie viel dabei dann fällt. Als Wissenschaftler kann ich natürlich nicht sagen, dass das, was David gemacht hat, faktisch den Regen hervorgebracht hat. Was ich euch sagen kann, ist, dass es eine große Korrelation gibt zwischen dem Zeitpunkt, da er das Gebet gesprochen hat und jenem, an dem der Regen begann. Und die Wissenschaft sagt uns nun, weshalb das so ist. Weil magnetische Felder Wettersysteme mit hohem Druck und niedrigen Druck beeinflussen.

Das Herz ist das stärkste magnetische Feld im Körper. Wenn ein Individuum oder eine Gruppe von Menschen zusammenkommt und weiß, wie man das magnetische Feld auf sehr präzise Weise ausrichten kann, und zwar durch sehr präzise Emotionen und Gefühle, dann wäre ich nicht überrascht, wenn da ein Effekt auftreten würde. Wenn wir es nicht verstehen, ist es ein Wunder, wenn wir es verstehen, wird es zu einer Technologie. Das ist ein mächtiges Gebet. Ich möchte euch etwas mehr geben als nur: »Spürt das Gefühl.« Das ist wichtig. In meiner beruflichen Karriere war ich ein Software-

Entwickler für den Großteil meines Erwachsenenlebens. Und was ich da gelernt habe, passt auch auf Gebete. Interessant, oder? Wenn wir eine Maschine programmieren, ist dieses Programm immer in drei Teilen geschrieben. Ob es nun eine Million Zeilen Code oder nur drei Zeilen Code sind, er besteht immer aus drei Teilen. Teil Eins nennt man »Declaration Statement« Das sagt der Maschine, was ihr tun werdet. Der zweite Teil ist das »Function Statement«. Das macht die Arbeit selbst. Und der dritte Teil ist der Abschluss, der der Maschine sagt, dass hier endet, was ihr angefangen habt. Ergibt das Sinn für euch? Das ist sehr einfach. So programmiert man Daten in eine Maschine. Das Programmieren des Universums funktioniert auf genau die gleiche Weise. Und unsere ältesten und wertvollsten Gebete sind genauso gebaut.

Ich hatte die Gelegenheit, mir einige anzusehen. Ich werde ein bekanntes Gebet einsetzen. Nur zu Illustrationszwecken. Ich sagte nicht, dass es das einzige sei. Denn unsere Zuschauer und die Menschen, die das erleben, sind hauptsächlich, nicht alle, aber viele, im Westen mit jüdisch-christlichem Hintergrund. Auch wenn ihr es nicht seid, gilt das auch für andere Gebete und Traditionen. Ich fokussiere mich also auf dieses hier. Wenn ihr ein Gebet beginnt, ein mächtiges Gebet, um mit diesem Feld zu kommunizieren, und ihr wirklich etwas mit dem Gebet erreichen wollt, dann braucht es eine Eröffnung. Das Vaterunser ist ein perfektes Beispiel dafür.

Es beginnt mit einer Absichtserklärung. »Vater unser im Himmel, geheiligt werde Dein Name.« Das ist eine Aussage, das soll für sich erst mal nichts erreichen. Es identifiziert zunächst, mit wem oder was ihr kommuniziert. Ich sage nicht, dass ihr so das Gebet anfangen sollt, ich sage nur, dass irgendeine Art von Erklärung gemacht werden muss. Ihr könnt sagen: »Mutter, Vater Gott, Quelle alles Seins« Einige von euch kommen vielleicht aus der Tradition des »Ich bin«. »Ich bin hier heute in Deiner Gegenwart, um zu sagen ...« und dann folgt, was immer man sagen will. Ich wähle das also als

Beispiel. Die Eröffnung also. Der Code, also das, was eigentlich passiert. Der eigentliche Textkörper der Affirmation, der Körper des Gebets. Es könnte auch euer unterbewusster Code sein. Im Vaterunser ist das die nächste Zeile. »Vater unser im Himmel, geheiligt werde Dein Name« »Unser tägliches Brot gib uns heute« Und dann handelt es von Vergebung, von Gläubigern und all dem. Das ist das Werk selbst. Dann folgt da eine Schlussformel. Die Schlussformel ist in westlichen Traditionen »Amen«. Das kennt ihr. In östlichen Traditionen und im Aramäischen gibt es etwas sehr Schönes. Eine etwas andere Form des Gedichts. L'alam al-mein, Amen.

Ich schließe das Gebet mit Vertrauen und Glaube und Wahrheit. Das ist eine mächtige Schlussformel. Eure intime Kommunikation mit der göttlichen Matrix, mit dem Feld, mit der Quelle, mit dem Beginn alles Seins. Ich schließe dieses Gebet mit Vertrauen und Glaube und Wahrheit. Das könntet ihr sagen. Oder ihr sagt es im Aramäischen: L'alam al-mein, Amen. Ist das nicht schön? Ein schöner Klang. L'alam al-mein, Amen. In diesem Abschnitt des Kurses geht es nicht darum, ein Gebet zu erstellen, denn jeder betet anders. Ich wollte das mit euch teilen und mit all dem verbinden, was wir gemacht haben, nun da ihr über die Spiegel der Beziehungen Bescheid wisst, und wisst, was sie sagen, die Spiegel, die in dem Energiefeld verankert sind, in diesem Feld aus Informationen.

Ihr wisst, was diese Spiegel euch sagen, und jetzt wisst ihr, dass viel von dem, was sie euch sagen, aufgrund unterbewusster Muster dort ist, die ihr ohne eigenes Verschulden erworben habt, und zwar von der Zeit eurer Geburt an, bis zu dem Augenblick, da ihr ein bewusstes Wesen wurdet. Auch eure Erziehungsberechtigten haben keine Fehler gemacht, sie haben vermutlich das Beste versucht, was sie konnten. Die haben das Beste gemacht, was sie zu der Zeit konnten und wussten. Es geht also nicht um Schuld, es geht um Heilung. Es geht darum, von dieser Perspektive zu heilen. Wenn wir also durch diesen Prozess gehen, lernen wir diese Dinge. Und wenn wir

zu dem Feld zurück sprechen wollen, wenn wir die Muster in uns verändern wollen, dann habt ihr nun die Mittel, das zu tun. Wenn ihr anfangen wollt, mit dem Feld zu kommunizieren, um Lebensumstände zu ändern, habt ihr nun den Code, das zu tun. Und ich glaube, dass es kein Zufall ist, dass wir Maschinen bauen, die die gleichen Prinzipien spiegeln wie das Feld es um uns hat. Sie funktionieren auf gleiche Weise. Die Absichtserklärung, das Werk selbst und der Abschluss. Sehr, sehr einfach. Drei Sachen: Einführung, Hauptteil, Schluss.

# Kapitel 6:

Quantenmöglichkeiten

## Lektion 5:

Werde mächtig

Befähigt werden In diesem Abschnitt haben wir rasch Schlüssel Nummer 17 durchgenommen. Die Wissenschaft sagt uns, dass wir nicht an die Gesetze der Physik, wie wir sie heute kennen, gebunden sind. Wir sind nicht von Raum und Zeit festgelegt, so wie es uns für unser heutiges Leben eingetrichtert wurde. Und unsere Möglichkeit, Zeit und Raum zu transzendieren, zeigt sich an dem Quanten-Experiment und zeigt sich in den Erfahrungen der indigenen, uralten Traditionen, so wie die Heilung, die ihr gerade gesehen habt. Eine uralte Form des Heilens und einer energetischen Selbstheilungsform und gleichzeitig eine energetische Form, es mit anderen zu teilen. Das habt ihr gesehen.

Das führt die gesamte Konversation aus der Sphäre der Möglichkeiten und vertaut es mit etwas sehr Realem. Denn wenn es für eine Person möglich ist, kann es für jeden geschehen. Wir sind darauf gepolt – keine Frage – wir sind darauf gepolt, außergewöhnlich zu sein. Punkt 18: Wir leben in einer Welt verschränkter Möglichkeiten – sie existieren bereits. Ich liebe das. Das heißt, dass ich nicht rausgehen und irgendwas erschaffen muss. Ich muss es nur erkennen. Ich muss es nicht erst machen. Ich muss es nur erkennen und dann das Gefühl spüren, als wäre es bereits in meinem Leben. Wir haben die Kraft, das Potential dessen zu transzendieren, was wir einen Wunsch genannt haben.

Ein Wunsch ist ohne Energie, da ist keine Energie dahinter. Die Möglichkeiten sind in ständiger Bewegung. Und gut, dass das so ist. Habt ihr euch mal vorgestellt, wie es wäre, wenn alles, was ihr euch mal vorstellt, plötzlich Wirklichkeit würde? Was für ein Chaos? Das wäre eine völlig chaotische Welt. Doch die Schönheit an unserer Realität und daran, dass wir erlernen, wie diese Dinge funktionieren, dass wir diese Möglichkeiten nicht wahr werden lassen müssen, sie werden nur wahr, wenn wir sie in dieser Welt vertrauen. Und ihr wisst, wie das geht. Wir wissen also nun, wie man das Potential von Wünschen und Träumen oder das, was wir Gebete nennen, in unser

reales Leben zu transformieren. Das ist es, was ich euch in diesem Abschnitt sagen wollte. Gibt es dazu Fragen? Das war schnell. Ich weiß, wir sind viel durchgegangen. Aber ich glaube, dass es unser Gespräch mit der göttlichen Matrix umfasst. Jetzt wissen wir, wie wir das lesen können, was es uns sagt und wir wissen, wie wir auf das Feld antworten können. So werden wir befähigt.



# Kapitel 6:

Quantenmöglichkeiten

## Lektion 6:

Wer sind wir

Wer sind wir? Ich möchte noch einen Kursabschnitt anbieten. Und das Material in diesem Abschnitt zu erforschen und aufzubereiten, hat mich zutiefst bewegt und berührt. Es ist seit über 20 Jahren eine Antriebsfeder in meinem Leben. Ich zeige euch Forschungsergebnisse, die ich persönlich, noch bevor sie irgendwo in der Forschungsliteratur auftauchte, und ich habe 2004 zu diesem Thema bereits publiziert. 2004 musste ich mich entscheiden. Würde ich dem akademischen Pfad folgen und einen von Experten geprüften Artikel in einer Zeitschrift veröffentlichen?

Ein Artikel, der bisweilen Jahre, manchmal bis zu 6, 7, 8 Jahren braucht, um von Experten geprüft zu werden, oder ob ich das ordentlich erforschen und dokumentieren und dann die bisherigen Ergebnisse der Welt, dem Mainstream, der Öffentlichkeit mitteilen wollte, während ich die Fachartikel immer noch weiterschreibe und später einreiche. Ich habe mich für Letzteres entschieden. Ich möchte das also mit euch teilen. Es ist ein laufendes Forschungsprojekt, das noch nicht abgeschlossen ist. Ich möchte euch zeigen, wo wir eine Form der Ganzheit gefunden haben, die nun das Tor zu neuen Forschungen aufgestoßen haben. Es geht alles auf die Frage zurück: Wer sind wir? Ich habe mir mein Leben lang diese Frage gestellt, ich glaube, das ist vielleicht die grundlegende, mehr als nur wichtige, es ist eine grundlegende Frage.

Denn sobald wir diese Frage beantwortet haben, haben wir gelernt, dass die Unterschiede, die uns in der Vergangenheit getrennt haben, diese Unterschiede, die in der Vergangenheit zu Krieg und Leid geführt haben, diese Unterschiede lösen sich auf. Wenn wir einen Weg finden können, dies auf sinnvolle Weise zu teilen, die noch nie zuvor gemacht wurde. Das ist ein Projekt, das ich in den 80ern begonnen habe, es war einer der Gründe, weshalb ich die Wirtschaft verlassen habe. Ich glaube, dass die Arbeit hinter den Kulissen während der Jahre des Kalten Krieges den Wahnsinn des Wettrüstens zu sehen und den Willen, diese Waffen einzusetzen, ich war damals und bin

immer noch zutiefst überzeugt davon, dass wenn wir wissen, wo und wie wir zu suchen haben, dass wir dann die Lösungen finden, die uns dabei helfen, uns selbst auf eine Weise zu verstehen, dass Krieg obsolet wird. Es sagt uns zweifelsfrei, dass Krieg zu führen und uns so wie in der Vergangenheit zu verletzen, nicht nur gegen die grundlegenden Prinzipien der Natur verstößt, es verstößt auch gegen die Natur unseres Wesens, so sind wir nicht. Es ist das, was in mancherlei Hinsicht aus uns geworden ist, es ist, was wir gelernt haben. Um diese Gewohnheit abzulegen, brauchen wir etwas Neues, und darum geht es hierbei. Ich stelle euch eine Frage: Was würde es bedeuten, wenn wir eine uralte Botschaft entdecken?

Eine Botschaft, die direkt in alles Leben, in unsere Körper codiert wurde? Was würde es bedeuten, wenn wir die DNA in unserem Körper wie die Seite in einem Buch lesen könnten? Was würde es bedeuten, wenn wir so etwas herausfinden? Ist es möglich, dass, wenn wir keine zufälligen Kreaturen sind, wenn wir also das Produkt irgendeines absichtsvollen Handelns sind, würde es da nicht Sinn ergeben, dass wer oder was auch immer verantwortlich dafür ist, dass es uns gibt, eine Botschaft an uns hinterlässt? So dass wir in dem Augenblick, da wir den Punkt in unserem Leben erreichen, die Weisheit zu haben, danach zu suchen, diese Botschaft zu suchen und über die Technologie zu verfügen, sie zu erkennen, dass wir dann auch in der Lage wären, diese Botschaft zu lesen, ergibt das Sinn?

Für mich immer schon. Carl Sagan hat, bevor er gestorben ist, bei seiner Suche nach außerirdischer Intelligenz eine Aussage gemacht, die mich sehr beeinflusst hat, er sagte: Allein die Suche nach Intelligenz im Universum, auch wenn man sie nicht findet, allein die Handlung, danach zu suchen, würde einen kohäsiven und konstruktiven Einfluss auf die *Conditio Humana* haben. Dass wir zusammenkommen und danach suchen, wäre schon eine gute Sache. Und als ich das las, musste ich sofort denken, dass das Gleiche wohl für die Suche nach einem Code gilt. Eine Botschaft, die nicht in dem

Universum draußen hinterlassen wurde, sondern in dem Universum in uns. Er sagte, dass das die Verbindung stärken könnte, die alle Menschen und Lebewesen auf unserem Planeten miteinander verbindet. Ich glaube, da ist viel Wahres dran. Was, wenn die Suche wirklich erfolgreich wäre? Was, wenn die Suche wirklich zu etwas führen würde? Ich stelle euch also eine Frage. Wenn ihr Künstler oder Handwerker seid, wenn ihr etwas herstellt, was ist das Letzte, was wir normalerweise tun, wenn wir etwas gemacht haben, auf das wir stolz sind? Was macht ein Bildhauer zuletzt, wenn er seine Skulptur beendet? Was macht ein Maler am Schluss? Sie setzen eine Marke, sie hinterlassen ihre Signatur, wenn sie stolz darauf sind, was sie geschaffen haben.

Das im Hinterkopf, was wäre, wenn wir einen Weg fänden, den Code zu lesen, die DNA in unserem Körper zu lesen? Was wäre, wenn jemand oder etwas, für uns verantwortlich ist, was auch immer diese Macht wäre, dass sie stolz wäre auf seine Schöpfung und eine Marke hinterlassen hätte. Wo würdet ihr diese Information lassen? Würdet ihr diese Information auf einer Tempelmauer hinterlassen, die mit der Zeit zerfallen kann oder auf den Seiten eines Buches, das verbrannt oder zerstört werden könnte? Für mich schien es immer vollkommen sinnvoll, dass wer oder was uns auch erschaffen hat, uns eine Botschaft hinterlassen hat, eine Botschaft in dem Lebewesen selbst. Und solange, wie die Schöpfung existierte, würde die Botschaft dableiben, bis wir die Weisheit hätten, sie zu erkennen.

Dann würden wir über uns selbst sehr anders denken. Unsere DNA zu lesen, einen chemischen Code wie die Seiten eines Buches zu lesen, müssen wir sehr anders denken. Wir müssen dazu die traditionellen Grenzen zwischen den Wissenschaften überwinden, denn als reiner Genetiker werden wir niemals lernen, wie dieser Code in einer sinnvollen Sprache zu lesen ist. Und wenn Die Natur funktioniert nicht getrennt nach Chemie, Geologie, Biologie, Physik. Natur ist die Welt, die uns umgibt, und um uns gerecht zu werden,

habe ich stets geglaubt, dass wir uns gerecht werden, indem wir die traditionellen Grenzen überschreiten. Wir sind es uns selbst schuldig, alles zusammen zu bringen, so gut, wir das können, damit wir das klarste Bild erhalten. Und ich glaube, dass das Gleiche auf fürs Heilen gilt. Wenn es um die Heilung des menschlichen Körpers geht, sind wir es uns schuldig, alles einzusetzen, um das Leben zu bewahren, damit wir gesund werden und von unseren Erfahrungen lernen können. Um nach vorne zu gehen und diese Erfahrungen nie wieder machen zu müssen. Das ist meine persönliche Erkenntnis, so denke ich.

# Kapitel 6:

Quantenmöglichkeiten

## Lektion 7:

Den Code lesen

»Den Code lesen Mein erstes Buch bei Hay House von 2004 hieß »The God Code«. Das war ein Buch, das ich veröffentlicht habe, um meine Forschungsergebnisse bis dahin zu dokumentieren, und ich ging zu Reid Tracey, CEO von Hay House, und ich zeigte ihm, was ich tat, und er fragte mich: Ist das echt? Ich antwortete: Es ist so real, dass ich das veröffentlicht haben will, bevor Wissenschaftler da mitziehen und bevor die diese Erfahrungen machen. Bevor die ... einfach dokumentieren, was wir bisher herausgefunden haben. Und wenn wir mehr herausfinden, können wir da weitermachen. Und Reid sagte: Okay. Und er erlaubte mir, er lud mich ein, er war stolz, das Buch zu veröffentlichen, das ein New York Times Bestseller wurde.

Mein erstes Buch bei Hay House, es heißt »The God Code«. Die Geheimnisse unserer Vergangenheit, die Versprechung auf unsere Zukunft. Denn ich glaube, sobald wir unsere Vergangenheit verstehen, wird die Zukunft viel sinnvoller sein und uns vollkommen anders erscheinen. Kurz nachdem ich das veröffentlicht habe, das war 2004, kamen 2007 japanische Wissenschaftler an die Öffentlichkeit und sagten, dass es ihnen gelungen sei, eine Botschaft in lebende Bakterien zu codieren und diesen Bakterien zu erlauben, über mehrere Generationen hinweg weiterzuleben – ihre Lebensdauer ist kurz – um dann in künftigen Generationen der Bakterien – innerhalb einer Woche hatte man vielleicht 200 Generationen von Bakterien... Sie haben sich die Nachkommen der ursprünglichen Bakterien angesehen, und in der DNA die intakte Botschaft gefunden.

Sie hatten bewiesen, dass sie in der Lage waren, eine Botschaft, die wie Seiten in einem Buch lesbar waren, in die DNA zu schreiben. Und diese Botschaft ist intakt geblieben über mehrere Generationen hinweg. Sie konnten sie wieder ansehen und das ist genau das, was ich glaube, dass es vor langer Zeit mit euch und mir passiert ist. Die erste Botschaft, die sie codiert haben, war eine simple Botschaft, sie lautete:  $E = MC^2$  1905. Das Jahr also, in dem Einstein diese Entdeckung gemacht hat.



Das Jahr, in dem er die Gleichung aufgestellt hat. Das war die erste Botschaft. Kurz danach im August 2012 konnten Wissenschaftler von der Fähigkeit, eine kurze Botschaft wie  $E = MC^2$  1905 in kleine Bakterien zu codieren, schaut euch an, wie viel Informationen sie nun erfolgreich in die DNA der Bakterien codieren konnten und die über Generationen hinweg wieder intakt lesen konnten. Schaut euch das an. Harvard-Forscher konnten 2012 700 Terabytes an Daten codieren. Wie viel ist ein Terabyte, weiß das jemand? Ihr denkt in Megabytes und Gigabytes. Terabytes sind ein Vielfaches davon. Immense Datenmengen. Als sie das Prinzip verstanden hatten, haben sie in Experimenten verifiziert, was ich Reid gesagt hatte, was ich glaubte, dass es mit uns geschehen ist.

Die Frage ist also, wie wir unsere Informationen lesen? Wie man das macht? Das zeige ich euch jetzt. Wir müssen dazu, etwas anders über Zellen denken. Menschliche Zellen sehen so aus. Sie verfügen über ein Nukleus. Und in diesem Nukleus gibt es Chromosomen. Und in diesen Chromosomen befindet sich die DNA. Ich weiß, dass ihr das wisst, weil ihr CSI guckt. [Gelächter] Ihr wisst genau, wie diese Dinge funktionieren, richtig? Wenn wir ein bisschen anders darüber nachdenken können. Ich bitte euch, mir auf eine kleine Reise zu folgen. Es öffnet die Tür zu einer Möglichkeit. Was, wenn wir DNA schlicht als Informationen ansehen? Und statt über die Zelle als kleine Tasche mit klebrigem Zeug nachzudenken, was wäre, wenn jede Zelle eine Bibliothek wäre? Und was, wenn wir uns in der Bibliothek jedes Chromosom als Buch vorstellen? Und in jedem Chromosom wäre jedes Gen Kapitel und Absätze. Das wäre ein anderes Denken, stimmt's?

Es hat mich einiges an Zeit gekostet, an diesen Punkt zu kommen. 15 Jahre. Als ich ankam, war es so simpel, dass ich mich fragte, wieso ich so lange gebraucht hatte. Ich merkte, dass ich meine Konditionierung überwinden musste. Meine Ausbildung als Wissenschaftler. Ich musste darüber hinaus. Bei der Einhaltung wissenschaftlicher Strenge Untersuchungen anzustellen,

die über von der Wissenschaft gezogenen Grenzen hinausgingen. Das hat mich 15 Jahre gekostet. Sobald ich das getan hatte, war es sehr einfach. Wenn ihr ein Buch aufschlagt, am Anfang eines Kapitels oder bevor ihr zu dem ersten Kapitel kommt, was findet ihr, bevor ihr das erste Kapitel aufschlagt? Eine Einführung, irgendeine Art Vorwort. Meine Vorstellung ist, so war sie damals und ist es immer noch, dass, wenn DNA als codierte Information aufgefasst werden kann, und wir das lesen können wie die Seiten eines Buches, dann muss es eine Art Einführung geben, oder eine Art Vorwort, eine Präambel. Das war das Erste, wonach ich gesucht habe. Das werde ich euch heute zeigen und darum geht es in »The God Code«.

Es hat eine Vermutung bewiesen, und von dort aus wird die Forschung fortgesetzt. Was ist die Einführung zu allen DNA-Strängen in eurem Körper? Uns wird gesagt, dass wir etwa 50 Billionen Zellen in unserem Körper haben. Wenn eine intelligente Kraft in irgendeiner Weise eingegriffen hat und verantwortlich dafür ist, dass es uns gibt, ist es dann möglich, dass die überlassene Nachricht so prall ist, dass wir sie übersehen haben? Was, wenn wir alle 50 Billionen Kopien der gleichen Botschaft in uns tragen? Wieder und wieder und wieder. Wie würde diese Botschaft lauten? Was würde in der Einführung vor dem ersten Kapitel stehen? Um dahin zu kommen, musste ich Genetik und alte Sprachen verstehen. Denn die antiken Ursprungssprachen sind der Schlüssel zu dem, was hier geschieht.

Ich gehe da rasch durch. Kennt ihr das, wenn ihr euch mit einem Freund hinsetzt und aufregende Neuigkeiten teilt? Ihr macht das normalerweise sehr schnell und geht nicht in jedes Detail ihr geht direkt zum Punkt, geht es euch auch so? Das ist es, was ich hier tun möchte. Ihr seid meine Freunde, ich bin begeistert. Ich möchte zu der Vollendung meiner Ergebnisse kommen. Wenn ihr mehr Details wollt, ist das möglich. Und im Buch ist es ausführlicher. Ich werde ein bisschen ins Detail gehen, da ich will, dass eure linke Gehirnhälfte versteht, warum dieser Code so läuft, wie er läuft. Wir sprechen

über DNA und weil ihr CSI schaut, wisst ihr, dass die DNA aus vier Symbolen besteht, die wir hier sehen. C, T, A und G, die für die vier genetischen Grundlagen stehen. Die unterschiedlichen Kombinationen von G, C, T, A, T, A G, C, G, C. Das sind die genetischen Codes, die uns zu dem machen, was wir sind. Ihr habt das alle schon mal gesehen, in Krimisendungen, Sci-Fi-Sendungen und in ähnlichen Programmen. Was bedeuten die aber? Das ist die Kernfrage. Es sind Abkürzungen für weitere Informationen. Es ist aber leichter, die Abkürzungen hinzuschreiben, statt all die enthaltenen Informationen auszuschreiben. Die stehen für: Jeder dieser Codes ist eine Abkürzung für den Stoff, aus dem wir gemacht sind.

Kohlenstoff, Sauerstoff, Wasserstoff und Stickstoff. Es sind aber unterschiedliche Mengen von Kohlenstoff, Sauerstoff, Wasserstoff und Stickstoff. T steht für 6-mal Wasserstoff, sechs Wasserstoffatome in T, zwei Atome Stickstoff, 2 Atome Sauerstoff und 5 Atome Kohlenstoff. Dafür steht das T. Das Gleiche lässt sich für G, C und A aufzeigen. G verfügt über 5 statt 6-mal Wasserstoff. Es hat 5 Sauerstoff statt 2. Einmal Sauerstoff, statt zwei. 5 Kohlenstoff-Atome, da ist es gleich. Ihr habt also einen Eindruck. Jeder Buchstabe ist eine Abkürzung für die unterschiedlichen Mengen an Elementen, aus denen alles Leben besteht. Kohlenstoff, Sauerstoff, Wasserstoff, Stickstoff. Das war's. Daraus bestehen wir.

Als ich das verstanden hatte, das sind die vier Elemente des Lebens. Kohlenstoff, Sauerstoff, Wasserstoff, Stickstoff. Dann habe ich mir das Periodensystem angesehen. Vielleicht erinnert ihr euch noch aus der Schulzeit. Habt ihr ein Flashback? Ist es ein Alptraum? Oh, Gott! Die Augen wandern weg. Die vier Elemente, aus denen wir bestehen, sind hier: Kohlenstoff, Sauerstoff, Wasserstoff und Stickstoff. Das ist alles, was wir wissen müssen. Ich bitte euch nur, dass ihr euch merkt, dass wenn die Wissenschaft das Leben beschreibt, dass die Wissenschaft das mit Wörtern und Zahlen macht. Wir nennen sie Kohlenstoff, Sauerstoff, Wasserstoff, Stickstoff. Das sind

Wörter. Wir haben denen auch Zahlen beigegeben. Atommasse, Atomgewicht sehen wir hier. Wissenschaft nutzt also Wörter und Zahlen. Ergibt das Sinn, habt ihr das verstanden? Okay, also. Widmen wir uns nun etwas anderem.

# Kapitel 6:

Quantenmöglichkeiten

## Lektion 8:

Sprachen entschlüsseln

Alte Sprachen machen das ganz genauso. Unsere ältesten und wertvollsten Traditionen beschreiben die Entstehungsgeschichte in Wörtern und Zahlen einer anderen Zeit. Was ich damit meine, ist Folgendes: Ob wir uns Keilschriften ansehen oder antikes Hebräisch ob wir uns antikes Arabisch oder antikes Sanskrit anschauen. Man nennt sie auch Wurzelsprachen. Sie unterscheiden sich von Englisch und Latein und auch von anderen Sprachen. Das sind keine Wurzelsprachen. Dies hier sind antike Sprachen, die die Menschheit seit sehr langer Zeit spricht. Ihre Ursprünge sind mysteriös.

Die Sache ist die, dass alle Sprachen, alle Sprachen, die je geschaffen wurden, sogar das Englische sie verfügen alle über eine geheime oder versteckte Zahl, die mit jedem Buchstaben des Alphabets verbunden sind. In manchen Sprachen wird das häufiger verwendet, doch alle Sprachen verfügen darüber. Dadurch erhalten sie innere und äußere Bedeutungen. Die Zahlen sind sehr mysteriös. Niemand weiß, woher sie kommen, sie ändern sich nie, sie waren immer da. Sie sind seit über 5000 Jahren da. Und sie sind sehr präzise und sehr genau. Die Wissenschaft der Gematrie ist eine alte Wissenschaft, die zum ersten Mal um 200 dokumentiert wurde. Also 200 Jahre nach Jesu Geburt. Es wurde von einem Mathematiker namens Baritha dokumentiert.

Er hat 32 Regeln festgehalten, die die antike Wissenschaft Gematrie bestimmen. Hat jemand von euch Numerologie studiert? Das ist nicht Numerologie. Numerologie ist ein loser Teilsatz einer höheren Wissenschaft namens Gematrie. Es gibt sehr klare Regeln, die befolgt werden müssen, damit Gematrie funktioniert. Das sind einige der Sprachen, die Gematrie befolgen. Keilform, Sanskrit, Chinesisch, Hebräisch, Arabisch, Griechisch, Latein, Englisch. Ich verstehe mehr von biblischem Hebräisch, da ich die Schriftrollen vom Toten Meer studiert habe, also wählte ich das biblische Hebräisch, um die erste Verbindung herzustellen. Und ich sage euch, was ich im biblischen Hebräisch festgestellt habe, funktioniert auch auf Sanskrit und Arabisch.

Was also in die Zellen unserer Körper eingeschrieben wurde, die Sprache unserer DNA kann ins Arabische, ins Hebräische und in Sanskrit übersetzt werden. Soweit ich das bisher weiß. Es sind vielleicht noch mehr Sprachen, das sind die, von denen ich es weiß. Schauen wir uns das antike Hebräisch an. Das sind traditionelle hebräische Buchstaben. Und das Hebräische ist eine der Sprachen, die Gematrie ständig verwendet. Wenn ihr euch eine alte hebräische Bibel anschaut, die Tora beispielsweise, da wird Gematrie in den Kapiteln, im Text, bei den Wörtern benutzt. Das sind also all die Zahlen, die mit jedem der hebräischen Buchstaben verbunden sind. Im Arabischen sind das andere Buchstaben, aber die gleichen Zahlen. In Sanskrit: andere Buchstaben, die gleichen Zahlen. Im biblischen Althebräisch... Warum habe ich diese Sprache gewählt?

Erstens: Hebräisch ist eine der stabilsten der Wurzelsprachen. Zwischen der Zeit, in der die Schriftrollen vom Toten Meer entstanden, und der Zeit, da sie 1949 gefunden wurden, haben Forscher nur 23 Unterschiede in den Buchstaben gefunden, das ist sehr stabil. Andere Alphabete sind stark verändert worden, Buchstaben und sowas, Hebräisch ist also sehr stabil. Das ist Grund 1. Der zweite Grund war, dass ich annahm, dass, wenn ich etwas auf Hebräisch finden würde, dass das mit den Traditionen von nahezu der Hälfte der Weltreligionen verbunden wäre, Das wären also zwei Milliarden Christen und Hebräer und 1 Milliarden Muslime.

Wir sind alle durch diese semitischen Traditionen verbunden. Hebräisch und Arabisch sind sehr ähnlich. Wenn ich eine Sprache in diesen Sprachen finden könnte, wenn ich einen Code in diesen Sprachen finden würde, dass der dann zu der Hälfte der religiösen Weltbevölkerung sprechen würde. Das hielt ich für eine lohnenswerte Sache. Hier ist das Ergebnis. Mystische Traditionen im Hebräischen. Die Thora habe ich schon erwähnt. Die ersten fünf Bücher des Alten Testaments. Genesis, Exodus, Levitikus, Numeri, Deuteronomium, das ist die Thora. Die Thora ist so komplex, dass weitere Bücher



angefertigt wurden, um dabei zu helfen, die Thora zu verstehen. Eines davon ist die Kabbala. Davon habt ihr vielleicht gehört. Eines davon ist die Midrasch, ein anderes ist der Zohar, das Buch des strahlenden Glanzes, vielleicht haben einige davon gehört. Eines davon ist ein so mysteriöses Buch, das es bisher nur zwei Übersetzungen auf Englisch gibt. Es ist so kurz – das ganze Buch sind nur 2.000 Wörter. Es ist so mysteriös, dass die Rabbis sagen, dass sie die Zeit nicht dafür vergeuden, es ihren Schülern zu lehren. Da sie nicht wissen, was es bedeutet.

Da sagte ich: »Was?« Es gibt ein Buch, von dem ein Rabbi mir sagt, dass es so mysteriös sei, dass es den Schülern nicht gelehrt wird, weil es so mystisch sei? So mysteriös, dass es kaum wer versteht? Das ist ein Buch für mich. [Gelächter] Das Buch heißt: Sefer Jetzira. Das Buch der Schöpfung. Und wenn ihr das Buch der Schöpfung noch nicht gelesen habt, dann stellt es euch vor, als würde ein Beobachter zusehen, wie Gott die Erde und den Menschen erschafft. Ein Schritt für Schritt ablaufender Prozess aus Beobachtersicht, wie es sich zugetragen hat. Ich stellte die Frage: Was wäre, wenn ich den Schritt-für-Schritt-Prozess der alten Weisheit nehme und ihr mit der Sprache moderner Chemie folge. Wie wäre es, wenn ich die Buchstaben des alten Texts nehme und sie in die Elemente der Periodentafel überführte. Was würde das bedeuten? Wie würde ich das machen?

So habe ich es gemacht. Das mysteriöse Sefer Jetira, das Buch der Schöpfung. Ich gehe da rasch durch. Was ich euch sagen will, ist Folgendes: Das Buch sagt uns, wie die Schöpfung abgelaufen ist. Da heißt es: Alles stammt von 22 Buchstaben ab, aus denen alles geschaffen wurde. 22 Buchstaben. Und mit ihnen wurde alles dargestellt, was geformt wurde und geformt werden würde. Sehr deutlich. Es kam alles von diesen Buchstaben. Wenn man nur den religiösen Text liest, ergibt das keinerlei Sinn. Wenn man den Text aber in die Elemente übersetzt, dann wird aus »Er nahm diese Buchstaben und machte dann dies«, wenn man stattdessen sagt, er nahm Kohlenstoff

und machte dies und das. Dann spricht man über Chemie. Dann ergibt es Sinn. Ich musste also eine Brücke zwischen der Periodentafel – Wissenschaft – und der Schöpfungsgeschichte unserer Vorfahren finden. Das habe ich gemacht. Hier ist die Sefer Jetzira. Sie beschreibt die Schöpfung mit Wörtern und Zahlen. Mit hebräischen Buchstaben. Könnt ihr folgen? Okay. Sie beschreibt die Schöpfung in Worten, und mit den geheimen Zahlen, die mit den Wörtern verbunden sind. Jeder Buchstabe der Sefer Jetzira hat eine Zahl, die verbunden ist.

Wissenschaft beschreibt die Schöpfung mit Wörtern. Wir nennen sie Wasserstoff, Stickstoff, Eisen, Kupfer, was auch immer, die Elemente. Und es gibt Zahlen, die mit ihnen verbunden sind. Mit der Zeit über die Jahrtausende hinweg, verändern sich die Wörter. Was aber ändert sich nie? Die Zahlen verändern sich nicht. Der gemeinsame Nenner sind nicht die Wörter, die verändern sich. Der gemeinsame Nenner sind die Zahlen. Ich sah mir also die Periodentafel an. Die Elemente. Es gab über 17 unterschiedliche Zahlen, die alle Elemente beschreiben. 17 Zahlen. Deshalb hat das 15 Jahre gebraucht. Ich musste durch all diese Zahlen gehen und schauen, wie die angewendet wurden. Und interessanterweise gibt es nur eine Zahl, die funktioniert. Und als ich auf dem Laufband stand, kam mir ein Gedanke. Da kam er mir. [Gelächter] Ich saß nicht mal an meinem Schreibtisch.

Oder am Computer bei der Arbeit. Als ich mit meinen Gedanken woanders war, hat sich mein Herz geöffnet. Und ich sprang vom Laufband und fragte mich, ob das wirklich stimmt. Diese Einheit hier ist Atommasse, eine Masse ist etwas anderes als Gewicht. Gewicht gibt an, wie viel etwas wiegt, die Masse beschreibt, wie viel Raum etwas einnimmt. Ein sehr bizarres Konzept. Wie funktioniert das also? Als ich einmal verstanden hatte, wie es funktioniert, bin ich die alten Texte durchgegangen und habe jeden der hebräischen Buchstaben in Zahlen übersetzt. Mit Hilfe der Gematrie. Also A, B, C, Aleph, Beth, Gimel. Ich habe sie alle in Zahlen konvertiert. Und auf diese

Zahlen habe ich die Regeln der Gematrie angewendet. Dass Zahlen und Buchstaben austauschbar sind. Dass Zahlen reduziert werden können, bis sie als einstellige Zahl existieren. Dass Zahlen, die einen Wert ergeben, die gleiche Bedeutung haben, das sind einige der 32 Regeln der Gematrie. Jetzt war ich auf einem vielversprechenden Weg. Wenn wir Gematrie auf die Elemente anwenden, passiert Folgendes: Plötzlich hat Wasserstoff die Atommasse 1.0. Wenn ihr  $1 + 0$  rechnet, kommt 1 heraus. Einfach, oder? Kohlenstoff. Die Atommasse ist 12. Wie lautet die gematrische Zahl für die Zahl 12? Man addiert 1 plus 2 plus 0 und erhält 3. Stickstoff ist 14. 1 plus 4 plus 0 ergibt 5. Sauerstoff 15,9. Wird eine 6. Jetzt reden wir über Äpfel und Äpfel. Jetzt haben wir was. Denn ich habe die moderne Weise auf das Leben zu sehen, und habe es nun in Zahlen vorliegen, die mit antiken Alphabeten verbunden werden können.

Los geht's. Wasserstoff, Stickstoff, Sauerstoff, Kohlenstoff. Die neuen Zahlen lauten 1, 5, 6 und 3. Nun muss ich nur diese Elemente der DNA mit dem Alphabet verbinden und das Entsprechende finden. Wo eine 1 vorkommt ist es in der Gematrie so ... – und das vertiefe ich jetzt nicht – Der Grund, weshalb Aleph ... – es gibt eine Riesengeschichte um Aleph – es ist die Kombination anderer Buchstaben, um diese Zahl Eins zu erschaffen. Das ist sehr faszinierend, ich spreche darüber im Buch. Das geht über das hinaus, was wir hier besprechen können. Nummer 3 Gimel, Nummer 5 ist der Buchstabe He. Nummer 6 ist der Buchstabe Waw. Und 1 plus 10 ist der Buchstabe Jod, die Zahl 10. Nun schaue ich mir Kohlenstoff, Stickstoff, Sauerstoff und Wasserstoff an. Das sind Jod, He, Waw und Gimel. Sehr nah an einem Namen, den ihr vielleicht kennt. Wenn man althebräische Texte studiert, dann ist das YHWH. Wenn man sich die hebräischen Werte ansieht, sieht es so aus. Es gibt eine 1, es gibt eine 3, eine 5 und eine 6. Mit welchen Buchstaben sind die verbunden? Sie sind mit diesen Buchstaben hier verbunden. Und jetzt habe ich antike Buchstaben, die ich mit den Elementen verbinden kann, von denen die Sefer Jetzira sagt, dass sie unsere Körper geformt haben.

# Kapitel 6:

Quantenmöglichkeiten

## Lektion 9:

Unsere DNA entschlüsseln

Was steckt in alten Weisheiten? Dies ist ein ein Kloster in Tibet. Und ich bin froh, dass wir das in den späten 90ern dokumentiert haben. Denn dieses Kloster existiert heute nicht mehr. Und auch die Bibliothek innerhalb des Klosters, die ich euch gleich zeige, existiert nicht mehr. Sie wurde auseinandergenommen. Jetzt befinden sich die Texte in Privatsammlungen, vielleicht in Museen oder Universitäten, sie existiert nicht mehr in der Art, wie ihr es gleich sehen werdet. Wenn ihr den Ausdruck auf dem Gesicht dieses jungen Mönchs sehen könntet... Das ist ein sehr abgeschiedenes Kloster ... die haben nicht viel Gesellschaft. Er fühlte sich so geehrt, dass wir einmal um die halbe Welt gereist sind... Es hat 16 Tage gedauert, bis wir das Kloster erreicht haben. Um sich an die Höhe zu gewöhnen.

Die Straßen waren sehr schlecht. Er fühlte sich sehr geehrt, dass wir kamen, damit er uns zeigen konnte, um uns zu zeigen, was sie dort bewahren. Dazu hat er nicht oft Gelegenheit. Wir folgen ihm also in eine leere Gesangshalle, vorbei an diesen schönen Gebetsmühlen. Wenn ihr noch nie von Gebetsmühlen gehört habt: das sind große Zylinder, und im Inneren eines jeden Zylinders befindet sich ein fortlaufendes Blatt aus entweder Leinen oder Papier, auf das das gleiche Gebet 108 Mal gedruckt und das um den Zylinder im Inneren gewickelt wurde. 108 ist in der buddhistischen Tradition eine sehr bedeutsame Zahl. Und außen findet man das Gebet auf den Zylinder eingeprägt, und die Idee ist, dass solange man den Zylinder weiterdreht, die Bewegung der Drehung das Gebet in die Welt entlässt.

Und das ist die Vorbereitung, bevor wir in diese heilige Bibliothek gehen. Wir liefen also an ihnen vorbei in einen Raum, der vollkommen dunkel war. Als wir den Raum betraten, sah das so aus. Und als das Licht anging, war das, was ich sah genau das, was ihr jetzt seht. Und ich hatte nur eine kleine Gruppe von Leuten mit. Als das Licht anging, sah man diese Bibliothek hier, und einige von euch haben die schon gesehen. Andere noch nie. Meine Hand ist mit einer Taschenlampe unten im Bild. Wir sehen in die Ecke einer

dreistöckigen Bibliothek. Die wurde vor 1500 Jahren gebaut. Sie ist sehr eng, nur etwa 3,5 Meter breit und hat 3 Stockwerke. Und dies sind tibetische Bücher. Es sind lose Seiten, die zwischen die Buchdeckel gestopft wurden. Und der Grund, weshalb mir das wichtig ist, ist, dass die Informationen in diesen Büchern älter als das Papier ist. Die Informationen gab es schon lange, bevor Papier überhaupt erfunden wurde. Die Informationen stammen aus alten Keilschriften und antiken Texten in Sanskrit, von Texten, die auf Stein, dem einzigen Datenträger ihrer Zeit, festgehalten wurden, die später auf Papiere geschrieben wurden, die später die Grundlage für den buddhistischen Kanon tibetischer Tradition.

Auch für die Schriftrollen vom Toten Meer der hebräischen Tradition, für den Koran, in der muslimischen Tradition. So unterschiedlich diese Traditionen auch sein mögen, sie kommen aus der gleichen gesammelten Weisheit. Und ich glaube, dass wenn etwas stimmt, dass das dann an vielen Orten auftaucht und durch viele Menschen hervorgebracht wird. Die Propheten also bringen diese Informationen hervor. Der traditionelle buddhistische Kanon, der sich von dem tibetischen Kanon unterscheidet. Und die vorchristlichen und christlichen Traditionen wie bei diesem hier. Das sind Seiten aus einem Buch, die im 4. Jahrhundert aus der modernen Bibel entfernt wurden. Es war das Thomasevangelium. Und wie werden uns darauf nicht als religiösen Text beziehen, sondern als Text des Wissens.

Das Thomasevangelium wurde von einem Schriftgelehrten erstellt, der, wenn wir dem Text glauben wollen, Jesus folgte. Er folgte ihm durch die Wüste. Und wenn Jesus etwas Bedeutsames sagte, schrieb Thomas es auf. Und dabei ging es gar nicht so sehr um Religion. Es ging um uns und unsere Beziehung zur Welt. Und wie wir mit der Welt kommunizieren. Dem werden wir uns genauer widmen, denn da waren einige sehr starke Stellen, die im 4. Jahrhundert aus der modernen Bibel entfernt wurden, Wenn sie drin geblieben wären, würde das Christentum einigen buddhistischen Traditionen,

die wir heute kennen, sehr ähnlich sehen. also wenn wir über Mitgefühl, Gefühle und dergleichen reden. Vor dem 4. Jahrhundert war das also ein wichtiger Teil der Bibel, bis ... der Konzil von Nicäa – Kaiser Konstantin rief ein Konzil ein – und über 40 Bücher wurden entfernt. Und die die blieben, wurden gekürzt und neu geordnet und wurden zur Bibel, wie wir sie heute kennen. Wenn also jemand fragt, Gregg, möchtest Du über die Bibel sprechen, dann sage ich: »Klar. Über welche?« Denn es gibt unterschiedliche Versionen, und einige stammen aus der Zeit vor den Bearbeitungen und einige stammen aus der Zeit danach. Ich finde, dass das eine wichtige Frage ist. Diese Texte und die Weisheit in diesen Texten werden jedoch in den Klöstern aufbewahrt. und in den Traditionen finden sich die Kloster, in denen die Menschen das leben, was in den Texten steht. Das sind Sadhus im Norden Nepals. Interessanterweise, das muss ich kurz erzählen, war ich in Kanada, als sich kürzlich das Erdbeben in Nepal ereignete. Und ich war auf der Bühne und habe dieses Bild gezeigt. Und es ging ein Bild durch die Medien, auf dem zu sehen war, dass dieser Tempel während des Erdbebens zerstört wurde.

Ihr seht also jetzt einen Tempel – die Menschen sind glaube ich unversehrt – aber den Tempel gibt es nicht mehr. Ihr seht hier also Aufzeichnungen von Tempeln, die sehr lange existiert haben und in der Form wie wir sie heute sehen, nicht mehr existieren. Aber ich hatte Gelegenheit die Menschen zu treffen, die die Traditionen leben. Und das ist wichtig. Ich habe mit diesen Menschen Zeit verbracht. Wir haben zusammen gegessen. Ich habe die Geburt ihrer Kinder miterlebt. Ich war bei ihnen, als ihre Familien getötet wurden. Ich war bei ihnen, als in ihren Ländern Revolutionen stattfanden. Und das ist die menschliche Komponente. Das ist es, wie Menschen zusammen kommen. Das ist es, wie Vertrauen entsteht. Von Mensch zu Mensch. So dass in dem Moment, da ich sie anschaue, Auge in Auge, Herz zu Herz, Geist zu Geist, Gott zu Gott, und ich den Männern und Frauen, die ich auf diese Weise kennengelernt habe, die Frage stelle: Was weißt Du über Deine



Beziehung mit der Erde? Wenn ich Dich frage »Wer bist Du?«, wie würdest Du das für mich beantworten? Was kannst Du mir über die Ursprünge der Menschheit sagen? Und über unsere Beziehung zu dieser Welt da draußen? Sind wir allein und machtlos? Oder sind wir irgendwie verbunden und befähigt? Und wenn wir verbunden und mächtig sind, wie funktioniert das dann? Es sind die zwischenmenschlichen Erfahrungen, durch die wir Freundschaft, Kameradschaft und Vertrauen entwickeln, die diese Art von Austausch von Informationen möglich machen. Das hier ist mit einem Schamanen, der schöne Mann in der Mitte. Er stammt aus der Hochebene der Südanden in Peru Dann der Schamane, mit dem ich in Yucatán Zeit verbracht habe. Dann die wunderbaren Frauen, in denen die weibliche Weisheit wohnt. Die erlebt gerade eine mächtige Wiederkehr. Die Weisheit des Herzens. Das ist die Basis der weiblichen Weisheit. Dieses Foto wurde vor etwa sechs Wochen aufgenommen. Ich war da bei einer sehr lieben Freundin im Süden Perus. Und sie hat sich in den letzten 20 Jahren überhaupt nicht verändert.

Wenn ich euch ein Bild von ihr von vor 20 Jahren zeigen würde, könntet ihr sehen, dass sie da genauso aussieht wie heute. Ich habe sie gefragt: Liegt das am Tee, den ihr trinkt? Dann will ich den auch. Mein Bruder Gregg, antwortete sie, das Geheimnis ist, glücklich zu sein. Das ist es, was sie sagt. Sie ist glücklich, hat wunderschöne Kinder und betreibt eine Frauenkooperative. Dort erwirtschaften die Frauen den Umsatz, und die Männer arbeiten für die Frauen in dieser Gemeinschaft. Und das funktioniert sehr gut. Das funktioniert wirklich, wirklich gut. Es geht also darum, dass ich die Gelegenheit hatte, zu den Orten zu gehen, die diese Weisheit auf eine Weise bewahren, die ich als intakter empfinde. So dass wir Teile dieser Weisheit aufsammeln können. Nochmal, ich sage damit nicht, dass wir auf primitive Weise leben sollten, was ich aber sage ist, dass in diesen uralten Betrachtungsweisen der Welt Erkenntnisse stecken, die für unser Leben Bedeutung haben, die wir in unserem Leben anwenden können.