

Wie wir mit der Macht  
unserer unbewussten Überzeugungen  
unsere innere Wirklichkeit  
im Jetzt erschaffen

Klaus P. Medicus



# Quanten- !ntelligenz

Heilsein erleben  
statt Heilung suchen

KOHA

## Wichtige Hinweise

- Die im Buch veröffentlichten Ratschläge wurden von Verfasser und Verlag sorgfältig erarbeitet und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Ebenso ist die Haftung des Verfassers bzw. des Verlages und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ausgeschlossen.
- Um die Persönlichkeit der in den »Fallbeispielen« erwähnten Menschen zu schützen, wurden etliche Namen geändert.
- Der leichteren Lesbarkeit zuliebe wurde zumeist auf die Doppelung männlicher und weiblicher Formen (wie »Leser und Leserin« oder »Therapeut/-in«, »er/sie« etc.) verzichtet. Selbstverständlich soll die üblicherweise gebrauchte männliche Form in solchen Fällen beide Geschlechter umfassen.
- Der Begriff »Quanten-Intelligenz®« ist ein vom Deutschen Patent- und Markenamt für Klaus Medicus eingetragenes Markenrecht.
- Zu den Seiten 109–111: Herzintelligenz® ist eine registrierte Wortmarke der VAK Verlags GmbH.

*Das fürs Buchcover verwendete Gemälde »Große fliegende Form« (Öl auf Leinwand, 5 Meter x 2 Meter; siehe auch Seite 300/301) stammt aus dem Zyklus »Dynamik« des Münchner Künstlers Darko Lesjak. Wie etliche andere Werke dieses Zyklus befindet es sich in der privaten Kunstsammlung von Klaus Medicus und stellt eine wichtige Metapher und Inspiration für seine Arbeit dar.*

© KOHA-Verlag GmbH Burgrain

Alle Rechte vorbehalten

1. Auflage 2012

Covergestaltung: Stephan Guggenbichler

Lektorat und Layout: Birgit-Inga Weber

Gesamtherstellung: Karin Schnellbach

Druck: Bercker, Kovelar

ISBN 978-3-86728-177-5

## Inhalt

Vorwort	13
Einleitung	19
Über die Mythologie unserer Kultur	24

### Teil 1: Den Weg des Heilseins beschreiten – Meine persönliche Geschichte –

<b>1. Wie alles begann</b>	<b>31</b>
Schwere und Dunkelheit	31
Farbe und Lebendigkeit	32
Meine Begegnung mit dem Nichts im ständigen Jetzt	36
Der leere Raum	39
Meditation ist ein natürlicher Zustand	40
Mein Glück, nicht zu wissen	41
Übung 1: Der leere Raum	44
<b>2. Im Feld der unendlichen Möglichkeiten</b>	<b>47</b>
Bin ich gut oder schlecht?	47
Irgendetwas musste ich ja machen	49
Fristlose Kündigung – mein Sprungbrett zur Karriere	51
Paradoxe schöne neue Welt	53
Ein jähes Ende	55
Wunder oder Wirklichkeit?	57
Dankbarkeit	61
<b>3. Intelligente Zellen</b>	<b>65</b>
Alles ist anders ... – oder?	65
Meine Begegnung mit der Zellbiologie	67
Wie Phönix aus der Asche	71

Mein inneres Lachen	74
Der Kreis schließt sich	75
Das 18. Kamel – oder wie wir Probleme erfinden	78

## Teil 2: Grundlagen unserer Quanten-Intelligenz – Hintergründe verstehen –

<b>1. Wir sind ein Meisterwerk unserer Zellen – Zellbiologische Grundlagen</b>	<b>85</b>
Paradigmenwandel – von der äußeren zur inneren Hygiene	85
Wer bin ich?	91
Bruce Lipton und die Vision der Freiheit	92
Der binäre Code unserer Zellen	97
Stress – biochemischer Auslöser des Schutzmodus unserer Zellen	100
Existiert Stress wirklich?	102
Stress als brisanter Hinweis	104
Im Wachstumsmodus fliegt unser Ballon	106
Achtsamkeit – die Brücke zu unseren 50 Billionen molekularer Genies	111
<i>Übung 2: Der uns innewohnenden Weisheit gewahr sein</i>	<i>114</i>
Der Überzeugungseffekt	117
<b>2. Am Anfang steht die Information – Quantenphysikalische Grundlagen</b>	<b>123</b>
Willkommen in der Newton'schen Physik	123
Wirklichkeit – was ist das?	125
Quanten – die vermutlich kleinsten Informanten der Welt	127
Die Revolution der Erklärungsmodelle	131
– Jenseits von Ursache und Wirkung	131
– Superposition und Kohärenz	133

– Messung der »Realitäten«	135
– Quatenverschränkung und Nicht-Lokalität	136
– Der Tunneleffekt	138
Das Missverständnis vom »Widerstand«	140
Zusammenfassung der Erklärungsmodelle	141

## 3. Die Genialität der Wahrnehmung – Grundlagen unseres Wissens

Virtuelle Wirklichkeit	143
Die schöne heile Welt	146
»Gift trinken«	148
Über das heutige Traumata-Geschäft	151
Grundlagen unseres Wahrnehmens	152
Die Säulen der Erkenntnis	155
Abschied von der Hörigkeit	158
Sisyphos als Kultur-Idol	160
Ich will, dass die Dinge bleiben, wie sie sind	163
Unser täglich Adrenalin gib uns heute	165
Dauer-Adrenalin als wünschenswerte kollektive Sucht?	170
Zusammenfassung	174

## Teil 3: Anwendung unserer Quanten-Intelligenz – Praxisteil –

<b>1. Der Diamant unserer inneren Weisheit</b>	<b>179</b>
<b>2. Die Story implodiert</b>	<b>187</b>
Die zwei Ebenen der Wirklichkeit	187
Willst du recht haben oder glücklich sein?	190
Das Juwel hinter den Überzeugungen	193
Die Magie des Augenblicks	194
Glaubst du deinen Überzeugungen?	195

Jenseits des »Story-Lands« (Die Implosion der Story)	198
Die Achse der Polarität	199
<b>3. Die Ökologie des Bewusstseins – Konkretes Vorgehen in fünf Schritten</b>	<b>205</b>
Das innere Navigationssystem entdecken	205
Glück oder Unglück – Die Geschichte vom alten Bauern	206
Die Ökologie unseres Bewusstseins	207
Konkretes Vorgehen	210
<b>4. Die »Hängematte« für den Verstand – Kommunikation mit dem Feld der inneren Weisheit</b>	<b>217</b>
Freiheit oder Limonade	217
»Biene im Q! Coaching«	220
Der Muskeltest – Das Informationsfeld unserer Zellen wahrnehmen	222
Konkrete Durchführung des Muskeltests	223
Der Selbstmuskeltest	225
Die spezifischen Merkmale des Muskeltests in der Q! Vorgehensweise	225
Die eigene Macht erkennen und annehmen	228
Gelebte Spiritualität	229
Was hat der Muskeltest mit einem Küchen- messer zu tun?	231
<b>5. Quantenverbindungen – Die Q! Resonanz erleben</b>	<b>233</b>
»Warum« ist ohne Liebe	233
Verbindung mit dem Resonanzfeld des Herzens	234
Verbindung mit dem Resonanzfeld des inneren Lächelns	236
Verbindung mit dem Resonanzfeld der inneren Ruhe	238
<i>Übung 3: Der Leere und der Fülle gewahr sein</i>	240

## Teil 4: Quanten-Intelligenz verstehen – Beispiele, Fragen und Antworten –

<b>1. Erfahrungsberichte – Es kann sich mehr verändern, als wir uns denken können</b>	<b>245</b>
Die Quanten-Intelligenz unserer Zellen bei der Arbeit	245
<b>2. Beispiele für befähigende Überzeugungen – Das Leuchten in unseren Augen</b>	<b>257</b>
Die innere Resonanz wahrnehmen	257
Beispiele für befähigende Überzeugungen	259
Einschränkende Gedanken in befähigende Überzeugungen verwandeln	265
Befähigende Überzeugungen in verschiedenen Lebensbereichen	271
<b>3. Fragen und Antworten</b>	<b>283</b>
Nachwort: Die Revolution findet in uns statt – wir haben die Macht!	303
Literaturhinweise	306
Stichwortverzeichnis	309
Ein großes Danke	312
Über den Autor	313
Ausbildungsangebote	314

## Über die Mythologie unserer Kultur

Das griechische Wort *μυθολογία* (*mythologia*) ist zusammengesetzt aus den Wörtern *μυθοί* (*mythoi* = Geschichten) und *λεγειν* (*legein* = erzählen). Eine Mythologie ist nach Wikipedia »die systematische Beschäftigung mit Mythen oder deren systematische Darlegung in literarischer, wissenschaftlicher oder religiöser Form«. Jede Kultur entwickelt ihre eigenen Mythen, die von den Menschen für die Wahrheit gehalten werden.

Auch rund um unser Befinden als Körper-Geist-Seele-Wesen kursieren Mythen, die sich ins Gedächtnis der »zivilisierten« Welt eingepägt haben:

Kommen wir mit einer bestimmten Anzahl Hirnzellen auf die Welt, und im Laufe unseres Lebens werden es tatsächlich eher weniger als mehr? Bringen wir einfach bestimmte Gene mit und sind ihrer Wirkung auf Gedeih und Verderb ausgeliefert, wenn uns nicht mächtige, äußere Heilungskräfte davon erretten?

Sind wir ängstlich angespannte Opfer äußerer Geschehnisse statt aus der Entspannung heraus die Gestalter unserer individuellen inneren Wirklichkeit? Kann es »Lösungen« geben, ohne zuvor ein »Problem« zu erschaffen?

Die heute gängigen Überzeugungen über die grundlegenden Voraussetzungen für Veränderungen entpuppen sich ebenfalls zunehmend als kulturelle Mythen unserer Zeit:

- **Mythos Nr. 1:** »Es dauert immer lange, etwas zu verändern.«

Nein, Sie können jederzeit erleben, dass es schnell gehen darf! Im Feld unserer inneren Weisheit und in Verbindung mit der Quanten-Intelligenz unserer Zellen erleben wir, wie wir Veränderungen

als »Nebenwirkung« unseres inneren Wachstumsmodus einfach wahrnehmen können. Völlig egal, wie lange Sie schon einschränkende Glaubensmuster vermuten: Sie haben die Macht, sie sofort wahrzunehmen. Sobald Sie anerkennen, dass es keine negativen Überzeugungen, sondern nur präzise Hinweise auf Befähigungen gibt, sind Sie unterwegs. Alles ist Information!

- **Mythos Nr. 2:** »Alte Verhaltensweisen zu verändern, ist immer schwierig und schmerzvoll.«

Stimmt nicht! Ohne zu »überlegen«, folgen unsere Nervenzellen einfach einer abgespeicherten Reaktion, einem Impuls; sie wählen dabei nur aus zwei Möglichkeiten, und das tut ihnen nicht weh. Sobald Sie sich mit Ihren Befähigungen verbinden und sich selbst für Ihren Wachstumsmodus entscheiden, werden Sie Ihr Heilsein als angenehme Nebenwirkung wahrnehmen.

- **Mythos Nr. 3:** »Ich muss ganz viel über Ursachen und Hintergründe wissen, um etwas zu verändern.«

Ganz im Gegenteil ist es von großem Vorteil, wenn Sie sich erlauben, absolut nichts zu wissen. Sobald Sie es schaffen, sowohl aus Ihren individuellen als auch aus den kollektiven Bewertungsschemata auszusteigen, sind Sie frei, um einfach wahrzunehmen, was ist. Und schon können Sie Ihre persönliche Information als exakten Wegweiser Ihrer inneren Weisheit sehen. Sie brauchen ihm nur noch zu folgen.

- **Mythos Nr. 4:** »Ich muss etwas verändern, um erfolgreich, glücklich und gesund sein zu können!«

Dieser Mythos scheint der hartnäckigste zu sein. Deswegen werden Sie (mir) auch nicht glauben, sondern müssen eigene Erfah-

rungen machen, indem Sie schlicht wahrnehmen, was ist. Erst Ihre eigene Erfahrung wird in Ihnen ein tiefes Wissen und Vertrauen bewirken. Und plötzlich gibt es kein Suchen, kein Erwarten und auch kein Verändernwollen mehr. Auf einmal sind Sie von der Bereitschaft erfüllt, sich von Erfolg, Glück und Gesundheit finden zu lassen. Alles ist bereits in Ihnen vorhanden – jenseits der Suche nach Transformation.

»Da *Mythos* erfunden wird,  
werden die Bilder durch die Sachen groß,  
wenns Mythologie wird,  
werden die Sachen durch die Bilder groß.«

► Johann Wolfgang von Goethe

*»Erschaffer«*  
»Wir leben in aufregenden Zeiten, denn die Wissenschaft ist dabei, alte Mythen zu zerstören und ein grundlegend neues Verständnis der menschlichen Zivilisation zu entwickeln. Die Überzeugung, wir seien störanfällige biochemische Maschinen, die durch unsere Gene gesteuert werden, weicht der Erkenntnis, dass wir machtvolle »Erschaffer« unseres eigenen Lebens und unserer Welt sind.«  
*unserer Welt*  
▶ Bruce Lipton



*Teil 2*

**Grundlagen  
unserer Quanten-Intelligenz**

**- Hintergründe verstehen -**

# 1. *W* Wir sind ein Meisterwerk unserer Zellen – Zellbiologische Grundlagen

»Nächste Woche trete ich meine Stelle als ›Herr Doktor‹ auf der ersten Station der Entbindungsklinik im Allgemeinen Krankenhaus von Wien an. Ich war entsetzt, als ich vom Prozentsatz der Patienten hörte, die in dieser Klinik sterben. In diesem Monat starben dort sage und schreibe 36 von 208 Müttern, alle an Kindbettfieber.«

*Ein Kind zur Welt zu bringen*

ist genauso gefährlich wie eine Lungenentzündung ersten Grades.«

► Aus dem Tagebuch von Ignaz Semmelweis, Juli 1846

## Paradigmenwandel – von der äußeren zur inneren Hygiene

Der österreichisch-ungarische Arzt Ignaz Semmelweis arbeitete Mitte des 19. Jahrhunderts als Gynäkologe und Geburtshelfer in der »geburtshilflichen Klinik« des Allgemeinen Krankenhauses in Wien, einem der bedeutendsten und größten Krankenhäuser der Zeit, in dem Fortschritt und medizinische Forschung eine ganz bedeutende Rolle spielten.

In einer der Abteilungen waren Ärzte tätig, hier wurden auch Medizinstudenten ausgebildet, während eine andere Abteilung den Hebammen und Hebammenschülerinnen anvertraut war.

In der ärztlichen Abteilung betrug die Sterblichkeitsrate der Mütter bei der Geburt, insbesondere infolge von Kindbettfieber, 10 bis 15 Prozent (in manchen Kliniken sogar 30 Prozent); in der Abteilung der Hebammen lag sie bei »nur« 3 Prozent.

Die große Differenz der Sterblichkeitsraten ließ Semmelweis keine Ruhe. Wie konnte es möglich sein, dass ausgerechnet in der fachlich viel qualifizierteren Abteilung die Sterblichkeitsrate so signifikant höher war? Tatsächlich erregte Semmelweis schon großen Unmut bei Kollegen und Chefärzten, indem er den Fokus der Aufmerksamkeit auf diesen Missstand richtete.

Alle Versuche, sämtliche Vorgänge anzugleichen, blieben erfolglos; die Sterblichkeitsrate stieg weiter an. Erst als Dr. Semmelweis die Theorie aufstellte, es könne einen Zusammenhang zwischen der intensiv betriebenen Forschung im Leichen-Sezierraum einerseits und der Mütter-Sterblichkeit andererseits geben, kam er der Sache



näher. Er vermutete, die Ursache des Kindbettfiebers seien die »Leichenteilchen«, die über die untersuchenden Hände der Ärzte in das Blutgefäßsystem der Frauen gelangten, und setzte durch, dass sich seine Kollegen ihre Hände mit einer Chlorkalklösung »desinfizierten«. Die Sterblichkeitsquote ging schlagartig zurück! Die Vorstellung, es könne Infektionen durch Keime geben, war bis dahin jenseits jedes Vorstellungsvermögens gewesen, und so wurde Semmelweis zu einem Vorkämpfer der Antisepsis. In seinem Tagebuch schrieb er erschüttert: »Nur Gott weiß, wie viele Patienten wegen mir vor der Zeit ins Grab gesunken sind.« Können Sie ahnen, welche Empörung Semmelweis damit bei seinen Kollegen und dem Fachpublikum auslöste? Es grenzte an Beleidigung, die Ärzteschaft ohne wissenschaftlichen Beweis so vorzuführen.

Ignaz Semmelweis gewann seine Resultate auf der Basis strenger Überlegungen und einer großen Anzahl von Experimenten. Die »Daten« Tausender Patientinnen in monatelangen Vergleichszeiträumen waren im Grunde ein schlagender Beweis. Ihm fehlten lediglich wissenschaftliche Erklärungsmodelle für die beobachteten Phänomene. Um diese Erklärungen zu entdecken, mussten noch über 50 Jahre vergehen.

Seinem 500 Seiten umfassenden Werk blieb jeglicher Erfolg versagt, weil Hygiene etwas völlig Unwissenschaftliches sei und damit nicht nur reine Zeitverschwendung, sondern unvereinbar mit dem klaren wissenschaftlichen Verständnis von Krankheitsursachen. Man glaubte lieber an Witterungsverhältnisse und Vorerkrankungen als Ursache des Kindbettfiebers. Der Plan einer groß angelegten Langzeitstudie wurde von der Klinikleitung und dem Ministerium abgelehnt. Heute spricht man in der Wissenschafts- und Innovationsforschung vom »Semmelweis-Effekt«: Demzufolge werden grundlegende Innovationen und Paradigmenwechsel in unserem gängigen Wissenschaftsverständnis über Jahrzehnte verhindert.


Wie »rein« gehen wir mit unseren Gedanken und Emotionen im Jetzt um? Wir wissen nicht, wie viele Millionen Menschen die wissenschaftliche Ablehnung der Erkenntnisse von Semmelweis

das Leben kostete. Allerdings können wir uns vor Augen führen, dass das Wissen um die Zusammenhänge hinsichtlich äußerer Krankenhaus-Hygiene vorhanden war; es passte lediglich nicht ins Denkmodell von Medizinprofessoren, Verwaltungsbeamten der Gesundheitsbehörden sowie Politikern der Regierung. Deswegen wurde das vorhandene Wissen totgeschwiegen. Die Thesen von Semmelweis waren ja »bloß« aus genauen Beobachtungen der Zusammenhänge entstanden.

Wenn die Wirklichkeit und das Bild der Wirklichkeit nicht zusammenpassen – »Pech« für die betroffenen Menschen! Semmelweis war bei Weitem nicht der Einzige seiner Zeit, der um die Bedeutung der Hygiene wusste. Trotzdem übersteigt die Zahl der durch wissenschaftliche Ignoranz gestorbenen Frauen um ein Mehrfaches die Zahl der Mordfälle der gleichen Epoche. Es scheint, als könnte es manchmal schon tödlich enden, dem gegenwärtigen Stand der Wissenschaft zu vertrauen.

Wenn wir uns heute rein hypothetisch einmal vorstellen, über Nacht geschähe ein Wunder und alle Menschen lebten gemäß dem inneren Wachstumsmodus und wären gesund: Wer würde es als Erstes bemerken? Ich denke, all diejenigen, die vom wahrgenommenen Defizit und der Krankheit leben – im mittlerweile größten Wirtschaftszweig der Welt ... Offenbar erschaffen wir uns all unsere inneren Wirklichkeiten und damit auch die Phänomene, die wir als Krankheiten bewerten, in jedem Moment mit unseren eigenen unbewussten Überzeugungen.

Wir sehen am Beispiel von Ignaz Semmelweis: Auch wenn etwas noch nicht naturwissenschaftlich erkannt und verstanden wird, bedeutet dies keineswegs, dass es nicht wahr sei. Wir brauchen uns nur die Geschichte der Wissenschaft anzuschauen, um unzählige Phänomene vom Typ Semmelweis zu finden und über



Wir stehen heute im Bereich unserer inneren Hygiene – unserer mentalen, emotionalen Hygiene in unserem ständigen Jetzt – vor einem ähnlichen Paradigmenwandel wie Semmelweis vor über 150 Jahren im Bereich der »äußeren« Hygiene.



**Wir nehmen es als selbstverständlich hin, dass beispielsweise der Stand der Medizin, Psychologie oder Neurowissenschaften vor fünfzig oder hundert Jahren als veraltet gilt, vergessen jedoch, daraus die logische Folge abzuleiten, dass der heutige Stand in fünfzig Jahren genauso bewertet werden wird.**

deren allzu häufige fatale Folgen für Millionen von Menschen den Atem anzuhalten. Vieles, was heute wissenschaftlich selbstverständlich ist, war vor hundert Jahren noch unwissenschaftliche Utopie, Hokuspokus oder Hexerei.

Der Zellbiologe Bruce Lipton ist infolge seiner Lehrzeit an medizinischen Fakultäten zu dem Schluss gelangt, dass die »normalen« Nebenwirkungen von Medikationen, Heilbehandlungen und Therapien heute zu den häufigsten – jedoch als »gottgegeben« angenommenen – Todesursachen der hoch technisierten Kultur gehören. Im Mittelpunkt steht jeweils der gegenwärtige Forschungsstand, der exakt das herrschende Weltbild und Paradigma widerspiegelt, mit dem die Wissenschaft unsere Wirklichkeit als »objektive Wahrheit« zu beschreiben versucht. Neil Postman, Professor an der New York University, brachte schon vor einigen Jahrzehnten unser wissenschaftliches Verständnis von Wahrheit scharfsinnig auf den Punkt: »Wahrheit ist so etwas wie ein kulturelles Vorurteil.«

Wenn wir aus der Vergangenheit eines lernen können, dann dies: Heute können wir (wie jede Generation der sogenannten »Moderne«) über frühere Paradigmen – auch über die wissenschaftlichen –, das heißt über die Versuche, Modelle der Wirklichkeit zu erschaffen, nur müde lächeln.

Wissenschaftler wissen zur Genüge von solchen »Weltbilderschütternden« Entdeckungen zu berichten:

»Ich war als nukleuszentrierter Biologe ausgebildet worden, ebenso wie Kopernikus als erdzentrierter Astronom ausgebildet worden war. Daher war es für mich ein Schock, als ich erkannte, dass der Nukleus mit seinen Genen nicht die Zelle programmiert. Die Daten werden durch die Rezep-

toren in die Zelle bzw. in den Computer eingegeben. Die Rezeptoren entsprechen also der Tastatur der Zelle. Sie lösen einen Reiz auf die Effektorproteine der Membran aus, den Prozessor. Die Prozessor-Proteine setzen die Umweltinformationen dann in das Verhalten der Zelle um.«

▶ Bruce Lipton

Die amerikanische Chemieprofessorin Candace Pert bietet ein weiteres hervorragendes Beispiel für die Veränderung konventioneller Denkmodelle in der Wissenschaft. Sie ist eine der Mitbegründerinnen der Psychoimmunologie, einem neuen Wissenschaftsbereich, in dem die Trennung zwischen Geist und Körper aufgehoben wird – eine Trennung, welche die Naturwissenschaft, ausgehend von René Descartes, seit dem 17. Jahrhundert prägte und leider noch heute beeinflusst. Aus Candace Perts Buch »Moleküle der Gefühle« (Seite 476 f.) habe ich dazu die folgende Passage gewählt:

»Ursprünglich waren wir Wissenschaftler der Meinung, der Fluss der Neuropeptide und Rezeptoren werde von bestimmten Gehirnzentren aus gesteuert – dem frontalen Kortex, dem Hypothalamus, der Amygdala. Das passt in unser reduktionistisches Modell und entspricht der Auffassung, dass Gedanken und Gefühle das Produkt neuronaler Aktivität sind, dass der Anstoß vom Gehirn ausgeht, dem Sitz des Bewusstseins. Dann haben die Laborexperimente von mir und meinen Kollegen jedoch gezeigt, dass der Fluss dieser chemischen Stoffe von vielen Stellen in den verschiedenen Systemen – Immun- und Nervensystem, endokrinem und gastrointestinalem System – gleichzeitig angeregt wird und dass diese Stellen Knotenpunkte einer gewaltigen inneren Datenautobahn auf molekularer Ebene sind. Folglich mussten wir davon ausgehen, dass Intelligenz weit über das ganze System verstreut ist und nicht nur in einer Richtung nach den Gesetzen von Ursache und Wirkung Einfluss nimmt, wie es angenommen wurde, als man das Gehirn noch für den Alleinherrscher hielt. Wenn also der Fluss unserer Moleküle nicht vom Gehirn gesteuert wird und wenn das Gehirn nur ein Knotenpunkt unter anderen ist, drängt sich

natürlich die Frage auf: Woher kommt die Intelligenz, die Information, die unseren Körpergeist regiert? Wir wissen, dass Information eine unendliche Fähigkeit zur Expansion und Zunahme hat und dass sie nicht an die Gesetze von Zeit und Ort, Materie und Energie gebunden ist. Folglich kann sie nicht zur materiellen Welt gehören, die wir mit unseren Sinnen wahrnehmen, sondern muss in einem eigenen Reich existieren, das wir mit dem Gefühl, dem Geist, der Seele wahrnehmen – einem Inforeich! Dieser Ausdruck sagt mir am meisten zu, weil er wissenschaftlich klingt, doch andere meinen die gleiche Sache, wenn sie von Intelligenzfeld, eingeborener Intelligenz oder Weisheit des Körpers sprechen.«

Wir stehen heute an der Schwelle zu einer ganz neuen Vorstellung menschlicher Intelligenz. Doch all unsere begrenzenden Vorstellungen stehen der Wahrnehmung unserer selbst in unserer wirklichen Größe entgegen. Beispielsweise glauben wir heute kulturell an einen von unseren Bewertungsmodellen losgelöst existierenden Intelligenz-Quotienten (IQ).

»Was bedeutet es, von jemandem zu sagen, er habe einen IQ von 126? In den Gehirnen der Menschen gibt es keine Zahlen. Intelligenz besitzt keine Quantität und keine Ausdehnung, es sei denn, wir glauben, es verhält sich so. Und warum glauben wir dies? Weil unseren Denkwerkzeugen die unausgesprochene Idee innewohnt, dass der Geist so beschaffen sei.«

► Neil Postman



**Information und Intelligenz sind nicht an die Gesetze von Zeit und Ort, Materie und Energie gebunden.**

Im Klartext heißt das: Alle wissenschaftlichen Modelle sind vereinfachte Darstellungen. In jedem Lebewesen ist ein außerordentlich komplexes System am Wirken, das unsere alltäglichen Erfahrungen im Umgang mit Komplexität milliardenfach übersteigt. Und so sind auch wir ein Sys-

tem von unbeschreiblicher Intelligenz. Wir stehen erst am Anfang einer Entdeckungsreise: geradewegs hin zu der Fülle in unserem Inneren, also zu dem, was uns selbst in unserer ganzen Größe ausmacht.

Erst wenn unser Herz plötzlich stolpert und nicht wie gewohnt schlägt oder unsere Verdauungsorgane nicht die passenden Stoffe im richtigen Moment aussondern, beginnen wir zu erahnen, welch eine unglaubliche Intelligenz all unsere Körperfunktionen so perfekt und präzise bewerkstelligt hat. Doch wer ist diese Intelligenz, wenn nicht wir selbst? Wir sind eingeladen, uns selbst in einem viel größeren Licht und mit deutlich mehr Macht und Fähigkeiten zu erfahren, als wir es bislang gewohnt sind.

#### ■ Wer bin ich? ■

Gedankenverloren saß ich einmal am Strand und fragte einen Wassertropfen: »Wer bist du?«  
Und der Tropfen antwortete mir: »Ich bin das Meer!«

Da fragte ich mich, wie groß erlauben wir uns eigentlich uns selbst wahrzunehmen und uns selbst zum Ausdruck zu bringen? In der Metapher des Wassertropfens würden mir die meisten Menschen wohl antworten: »Ich bin  $H_2O$ , das ist eine chemische Verbindung aus den Elementen Sauerstoff (O) und Wasserstoff (H).«

Können Sie den Unterschied wahrnehmen, der den Unterschied ausmacht?

Welches Bild tragen wir von uns selbst in uns?

Erlauben wir uns, uns selbst in ganzer Größe zu definieren?

Haben wir uns vielleicht mit der heute vorherrschenden Philosophie der Materialität in ein inneres Gefängnis gesperrt?

## Bruce Lipton und die Vision der Freiheit

Bruce Lipton, den ich inzwischen wegen seiner Bedeutung für meinen Erkenntnisweg mehrmals erwähnt habe, war Professor für Zellbiologie an der medizinischen Fakultät der Stanford University und ist heute als Referent und Autor weltweit bekannt. Anhand zahlreicher Versuche mit einzelnen Zellen sowie komplexen Zellverbänden, die er im Lauf seiner langjährigen Forschungen durchführte, gelangte er zu erstaunlichen wissenschaftlichen Erkenntnissen über die biologischen und chemischen Funktionen unseres Körpers: Jeder Gedanke und jedes Gefühl entsteht primär durch unsere unbewussten Grundüberzeugungen und wirkt bis in jede einzelne unserer 50 Billionen Zellen hinein!

Das bedeutet: Wir sind unseren Genen nicht ausgeliefert! Für Bruce Lipton sind Gene nichts weiter als die molekulare »Blaupause«, der Entwurf eines Körpers, der dem Aufbau von Zellen, Knochen, Gewebe und Organen zugrunde liegt. Unsere Gedanken und Gefühle, geprägt durch individuelle Überzeugungen, informieren jedoch die Zellen und sind damit letztendlich für die Art und Weise des Lebens dieser Zellen verantwortlich. Damit widerlegt Lipton die These, Menschen würden nur durch ihre Gene geformt und die Gene würden auf ihr Leben und Sterben einen essenziellen Einfluss nehmen.

Wir befinden uns also durch unsere Gedanken und Emotionen permanent in einem interaktiven Prozess mit unseren 50 Billionen Zellen, in denen unsere Überzeugungen abgespeichert sind. Wir sind ein Meisterwerk intelligenter Informationsverarbeitung, nehmen allerdings die Genialität unserer zellulären Intelligenz im konventionellen Prozess unserer sensorischen Betrachtung nicht wahr. Über unsere zelluläre Intelligenz sind wir die Mit-Erschaffer

dieses Wunders, das wir »Leben« nennen. Uns steht beträchtlich mehr Intelligenz zur Verfügung, als wir bisher dachten – eine Intelligenz, mit der wir selbst unsere Gesundheit beeinflussen können: Im ständigen Jetzt schaffen wir in uns ein »Milieu«, das förderlich oder hinderlich ist, Gesundheit zu erleben. Es gilt, unsere Aufmerksamkeit auf unseren Wachstumsmodus im Jetzt zu richten, statt irgendwelchen Zielen hinterherzurrennen.

»Beide, Gene und Umwelt, wirken zusammen. Aus der Umwelt kommende oder durch die Seele erzeugte Signale versetzen den Organismus in die Lage, sich – durch Regulation der Genaktivität – sowohl an sich ändernde Umweltbedingungen als auch an sich verändernde zwischenmenschliche Beziehungen anzupassen. Nur ein sehr kleiner Teil (ein bis zwei Prozent) der heute in der Medizin vorkommenden Erkrankungen ist durch Veränderungen der Gene selbst (durch so genannte Mutationen) verursacht. (...) Bei den meisten großen Volkskrankheiten haben wir eine Situation, wo gesundheitsschädliche, durch Lebensstile verursachte Signale so lange Gene regulieren bzw. fehlregulieren, bis eine Gesundheitsstörung eingetreten ist.«

▶ Aus: Joachim Bauer, »Das Gedächtnis des Körpers«, Seite 22 f.

Wenn im Organismus eine Gen-Wirkung benötigt wird, so wird dieses Gen durch ein Signal aus der Umgebung und nicht aus dem Gen selbst heraus aktiviert. Wir können dies mit dem Gebrauch einer Fernbedienung für unseren DVD-Player vergleichen: Die Fernbedienung kontrolliert und steuert nicht selbstständig den DVD-Player, sondern wir sind die Steuerfrauen und -männer, indem wir die Fernbedienung betätigen. Ohne unsere Information von außen macht die Fernbedienung überhaupt nichts, denn sie kann sich nicht selbst kontrollieren. So ist es die Information in unseren Zellen – wir können es auch »Geist« nennen –, mit der wir unseren Körper steuern.



Unser Leben wird nicht von unseren Genen bestimmt, sondern durch unsere unbewussten Überzeugungen, die uns auf Umweltreize reagieren lassen.

»An dieser Stelle möchte ich nur noch einmal die Lehren der magischen Membran wiederholen: Die Kontrolle über unser Leben wird im Augenblick unserer Empfängnis nicht einem genetischen Würfelspiel überlassen, sondern in unsere eigenen Hände gelegt. Wir können unsere eigene Biologie steuern, so wie ich dieses Textprogramm steuere. Wir haben die Macht, die Daten zu bestimmen, die wir in unseren Biocomputer eingeben, so wie wir wählen können, welche Worte wir tippen. Wenn wir begreifen, wie die IMP's [Integrated Mechanisms Programs] die Biologie steuern, dann werden wir zu Meistern unseres Schicksals.«

▶ Bruce Lipton


Freiheit ist demnach ein grundlegendes Prinzip der Schöpfung, das wir in jedem Moment der Wahrnehmung in uns erleben können. Schöpfung ist überhaupt nichts Abgeschlossenes, sondern ein fortwährender Prozess, an dem wir in jedem Augenblick mitwirken. Wir erschaffen unsere innere Wirklichkeit im ständigen Jetzt! Was wir als Geist auf der einen Seite und als Körper auf der anderen Seite wahrnehmen, ist in lebenden Systemen untrennbar miteinander verschmolzen. Zu sagen, sie seien »verbunden«, ist genau genommen falsch, weil es impliziert, es handle sich bei Geist und Materie um zwei getrennte Einheiten. Geist und Materie können wir als zwei komplementäre Informationen eines Ganzen betrachten – wie zwei Seiten einer Medaille. Die Materie, unsere Zellen, die wir dank der Newton'schen Physik wiegen und messen können, unterliegt gleichzeitig allen Charakteristika quantenphysikalischer Systeme. Und sobald wir beginnen, uns selbst – zumindest auch – als multizelluläre Wesen zu definieren, und lernen, die codierte Sprache unserer Zellen zu verstehen, können wir einen Zugang zur Wahrnehmung der zwei Wirklichkeitsebenen in uns bekommen: einer Ebene, die mit den Modellen der Newton'schen Physik dargestellt wird, und einer Ebene, die mit quantenphysikalischen Modellen beschrieben werden kann. Doch erst die Einheit beider Ebenen entspricht dem, was wir als unsere Lebenswirklichkeit wahrnehmen können. Es geht also um unser gesamtes inneres

Erleben hinsichtlich Gesundheit, Körper, Beziehungen, Freunde, Verwandte, Lebenspartner, Arbeit, Freude, Stärke, Liebe.

Wir sind keine standardisierten Bio-Roboter, die sich wie eine Maschine einheitlich behandeln lassen. Jeder Mensch hat im Zusammenspiel seiner Zellen mit Geist und Emotionen die Fähigkeit zu einer individuellen Selbstregulation. Doch um diese Kompetenz endlich zu nutzen, ist zuerst eine tiefe Überzeugung von der eigenen Autonomie erforderlich. Wir müssen uns von der Rolle der »Patienten« verabschieden, sonst sind wir gemäß dem lateinischen Wort die »passiv Leidenden« und »geduldig Ertragenden«. Auch alle Helfer (Ärzte, Heilpraktiker etc.) erschaffen genau diese Wirklichkeit, indem sie ihre Kunden »Patienten« nennen und deren Daten in der Patientendatei, in der Kartei der Leidenden, sammeln. Der Begriff »Klient« ist im Übrigen nicht viel besser; er leitet sich etymologisch vom lateinischen »cliens« ab, was »der Schutzbefohlene, der Hörige« bedeutet.

Fragen Sie sich soeben, ob Sie eine Chance haben, endlich aus dem Teufelskreis auszusteigen, sich stets aufs Neue einen Mangel zu erschaffen?

Aus der Perspektive unserer Quanten-Intelligenz beginnt es mit einem neuen Rollenverständnis. Alles Wissen, alle Information ist in jedem Menschen jederzeit vorhanden. Jeder Mensch trägt die Fähigkeit zur Autonomie im Feld des Heilseins in sich und jeder kann mit der Wahrnehmung der Information im Jetzt die Verbindung mit diesem Heilsein selbst empfinden. Daher arbeite ich beispielsweise weder mit »Patienten« noch mit »Klienten«, sondern immer mit einem »Partner« bzw. einer »Partnerin«.



Was außen – in einer von uns scheinbar getrennten Realität – geschieht, ist weniger entscheidend als unser inneres Erleben dieser äußeren Welt.

Als machtvolle Wesen besitzen wir die Freiheit, uns zu entscheiden, ob wir tatsächlich eine Wirklichkeit erschaffen wollen, in der wir Leidende oder Hörige sind.



## Die universelle Sprache verstehen

»Und er spürte, dass das **Universum schwieg**, anstatt irgendetwas zu sagen, und so blieb auch er still. Ein Strom der Liebe entsprang seinem Herzen, und er begann zu beten. Es war ein Gebet, das er noch nie zuvor gebetet hatte, denn es war ohne Worte und ohne Bitten. Er dankte nicht, weil die Schafe eine fette Weide gefunden hatten, und er bat nicht, noch mehr Kristallwaren verkaufen zu können, oder dass die Frau seiner Träume auf seine Rückkehr warten möge. In der Stille, die nun schon herrschte, erkannte der Jüngling, dass die Wüste, der Wind und die Sonne ebenfalls nach den Zeichen von jener Hand suchten, um ihren Weg zu finden und das zu verstehen, was in einen einfachen Smaragd eingraviert war. Er wusste, dass diese Zeichen sowohl auf der Erde als auch im Weltraum verstreut waren, und dass sie dem Augenschein nach keinen Sinn ergaben, und dass weder die Wüste, noch die Sonne oder die Menschen wussten, warum sie erschaffen worden waren. Aber jene Hand hatte für alles einen Beweggrund, und nur sie allein konnte Wunder vollbringen, indem sie Ozeane in Wüsten verwandelte oder Männer in Wind. (...) Und der Jüngling tauchte in die Weltenseele ein und erkannte, dass diese ein Teil der göttlichen Seele und die göttliche Seele seine eigene Seele war. Und dass er somit selber Wunder vollbringen konnte.«

► Aus: Paulo Coelho, »Der Alchimist«



## Teil 3

### Anwendung unserer Quanten-Intelligenz

– Praxisteil –

## Die Macht unserer Überzeugungen – (k)ein Mythos

»Lord Krishna wollte die Weisheit seiner Könige prüfen. Eines Tages ließ er König Duryodana zu sich rufen. Duryodana war im ganzen Königreich für seine Grausamkeit und seinen Geiz bekannt, und seine Untertanen lebten in Entsetzen vor ihm. Lord Krishna forderte ihn auf, die ganze Welt zu bereisen, um einen wahrhaft guten Menschen zu finden. Duryodana machte sich gehorsam auf die Suche. Nach langer Zeit kehrte er von seiner Suche zu Lord Krishna zurück und sagte: »Ich habe getan wie geheißen und die ganze Welt nach einem wahrhaft guten Menschen abgesucht. Er ist nicht zu finden. Alle sind selbstsüchtig und böse. Nirgends gibt es diesen guten Menschen, den du suchst!«

Lord Krishna schickte ihn fort und ließ König Dhammaraja zu sich kommen. Dieser König war für seine Freigiebigkeit und Güte bekannt und beim ganzen Volk sehr beliebt. Krishna befahl ihm, die ganze Welt zu bereisen, um ihm einen wahrhaft bösen Menschen zu bringen. Auch Dhammaraja gehorchte und kehrte nach langer Zeit zu Krishna zurück und sagte: »Lord Krishna, ich habe versagt. Es gibt Leute, die irregeleitet sind, Leute, die aus Blindheit handeln, aber nirgends konnte ich einen wahrhaft bösen Menschen finden.

*Trotz all ihrer Fehler  
sind sie im Herzen gut.«*

► Gekürzt aus: Jack Kornfield, »Geschichten des Herzens«

## 1. Der Diamant unserer inneren Weisheit

Unser Alltag ist ganz leicht, sobald wir alles, was sich im Außen ereignet, stehen lassen können, wie es eben ist, und es einfach »spannend« finden, wahrzunehmen, was dieses aktuelle Ereignis in uns auslöst: Wachstum oder Schutz, Eins oder Null?

Unsere gewohnten Überzeugungsstrukturen bewirken, dass wir uns immer wieder in den gleichen neuronalen Schaltkreisen unseres Gehirns bewegen. Deswegen bedarf es der klaren Entscheidung, sich von den alten Mustern des Mangels zu verabschieden und aufzuhören, nach »Heilung«, »Problemlösung« oder auch nach »Quanten-Transformation« zu suchen.

Es gilt, die Ebene zu wechseln: von der gewohnten Bewertung zur reinen Wahrnehmung; von unserem »Bild der Wirklichkeit« zu unserer »inneren Wirklichkeit«; von der äußeren Geschichte, der Story, zu den zugrunde liegenden Überzeugungen. Dort liegt das Feld unseres Heilseins, das jedem Menschen offen steht und wahrgenommen werden möchte. Dieses Heilsein umfasst alle Lebensbereiche, wie Beziehungen, Gesundheit, Wohlstand, Erfolg, Selbstwert, Sexualität, persönliche Stärke, Spiritualität etc., und ist über die Quantenfelder der unendlichen Möglichkeiten stets in uns vorhanden.

»Ich war begeistert von der Erkenntnis, dass ich mein Leben verändern konnte, indem ich meine Überzeugung änderte. Eine Welle von Energie durchflutete mich, denn mir war klar, dass es einen wissenschaftlich fundierten Weg gab, der mich von meinem Job als Dauer-Opfer zu einer neuen Aufgabe als Mitgestalter meines Schicksals »umschulte.«

► Bruce Lipton

## 3. Fragen und Antworten

»Es gibt nur

*einen Weg zum Glück*

und der bedeutet,  
aufzuhören mit der Sorge um Dinge,  
die jenseits der Grenzen unseres Einflussvermögens liegen.«

► Epiktet

Die gesamte *Q!* Methode ist in den vergangenen Jahren mit den Erfahrungen aus über zweihundert Workshops und unzähligen Einzelsitzungen entstanden. Im abschließenden Teil sind häufig gestellte Fragen aus den Workshops zusammengefasst. Dies soll zu einem vertiefenden Verständnis der Quanten-Intelligenz unserer Zellen beitragen. Bewusst habe ich die Du-Form aus den Workshops beibehalten.

• *Du sprichst immer wieder von der heute gängigen »Aspirin-Denke«. Was kann ich mir denn darunter vorstellen?*

Stellen wir uns einfach mal den ganz typischen Fall vor: Ganz unvermittelt merke ich, dass ich Kopfweg bekomme, und im gleichen Moment meiner Wahrnehmung entsteht ein »unangenehmes« Gefühl, womöglich begleitet von dem Gedanken »Ich bin völlig unfähig«. Gewohnheitsmäßig nutzen wir unsere Hirnphysiologie nun so, dass wir dem Gedanken, »völlig unfähig zu sein«, glauben; damit halten wir das unangenehme Gefühl für die Wirklichkeit und wollen es als natürliche Konsequenz daraus »wegmachen«. Interessant ist auch, die Fähigkeit unserer linken Hirnhälfte zu betrachten, die meist noch eine Geschichte dazu erfindet, in der die Schuld, warum wir Kopfweg haben, festgelegt wird, das heißt, die Wirklichkeit wird nochmals bestätigt. Nun ist es egal, ob es das Wetter, mein Chef, die Arbeit oder was auch immer ist – wir greifen einfach dankbar zur Aspirin. Und Aspirin wirkt – für diesen Moment. Aspirin hat uns »errettet« und unser Weltbild bestätigt, es existiere etwas Schlechtes, das wir wegmachen müssen. Und ebenfalls bestätigt, dass unsere Rettung in jedem Fall von außen kommt. Das Bedauerliche daran ist, es fühlt sich eigentlich immer gut an. Das Denkmuster dazu ist vollkommen austauschbar, denn ob ich das »Schlechte« mit Tabletten wegscheuche, es



mit dem Skalpell wegschneide, es wegklopfe, über die Matrix (weg)transformiere oder es mithilfe smaragdgrüner Lichtenergie wegbeamte, macht keinen Unterschied.

• *Aber was bleibt mir denn anderes übrig? Ich will doch das Kopfweh nicht haben. Was kann ich denn anders machen?*

Stell dir einmal vor, du hast Kopfweh und nimmst es nicht wahr. Hättest du dann Kopfweh?

• *Ich weiß es nicht. Solange ich es nicht wahrnehme, werde ich es wohl auch nicht haben.*

Genau, das wahrgenommene Phänomen »Kopfweh« lässt sich nicht von der Beobachtung, also der Wahrnehmung, trennen. Exakt hier ist der Punkt zur Verbindung mit der Intelligenz unserer Zellen: Ich nehme das Körperphänomen »Kopfweh« wahr und sehe es »nur« als reine Information – sozusagen als Hinweisschild. Und wer käme auf die Idee, Hinweisschilder abzumontieren? Sie haben doch eine ganz wichtige Funktion im Leben. Unsere innere Intelligenz ist so genial organisiert, dass wir zu jeder Zeit anschauliche Informationen erhalten, um in unseren inneren Wachstumsmodus zurückzufinden – jenseits eines Ursache-Wirkung-Denkens. Darum gehen wir jetzt in die reine Wahrnehmung: Was nimmst du jetzt wahr? Beispielsweise: »Ich bin völlig unfähig.« Dann gehen wir auf der Achse der inneren Polarität bis zum Punkt deiner leuchtenden Augen, dem Punkt, an dem dein Herz in Resonanz ist und dein Ballon wieder fliegt. Diesen Punkt gibt es in jedem Menschen, nur ist er bei jedem Menschen ein anderer. Hier könnten wir zu der Befähigung »Ich achte auf mich und meine Bedürfnisse« oder »Ich bin mir wichtig« kommen, und wenn diese Überzeugung in deinem System noch nicht »on« ist, dann aktivieren wir sie eben. Das Schöne daran ist, dass wir häufig sofort eine völlig neue Wirklichkeit wahrnehmen können, von einem Moment auf den anderen – im Jetzt! Sobald wir der Information des Augenblicks Beachtung schenken, können wir wählen,

in welchem inneren Zustand – Wachstum oder Schutz – wir uns befinden wollen. Damit werden sich die Zeitanteile, im Wachstumsmodus unserer Zellen zu sein, erhöhen und unser alltägliches Erleben bekommt einen ganz veränderten Geschmack. Liebe, Frieden, Erfüllung werden zunehmend unsere normalen Empfindungen, und alles, was wir bisher »ausmerzen« wollten, tritt immer weniger auf. Doch dies ist lediglich die Nebenwirkung. Wir lernen so ganz nebenbei, die Sprache der Seele zu verstehen.

• *Das kann ich gut nachvollziehen. Nur ... ist das nicht ganz kompliziert zu lernen?*

Die Beschreibung, wie wir unser inneres System der Informationsverarbeitung anders nutzen können, klingt viel komplizierter, als es im konkreten Erleben ist. Eine Beschreibung der Gangschaltung eines Autos hört sich auch schwierig an, doch in der täglichen Praxis wird das Schalten mit der Zeit zu einem inneren Automatismus, auf den wir keinen Gedanken mehr verschwenden. Wir lernen einfach, das Spektrum unserer Möglichkeiten zu erweitern. Das Wichtigste dabei ist, Neugierde und Freude daran zu haben, das Jetzt zu erleben. Nichts steht dem mehr im Wege, als voll innerer Anspannung etwas »lösen« zu wollen.

• *Wenn wir aber nichts verändern, wodurch entsteht denn dann die neue Wirklichkeit?*

Ich weiß nicht einmal, ob tatsächlich eine neue Wirklichkeit entsteht. Ich weiß nur, dass wir im Jetzt unsere Wirklichkeit entweder aus unserem Wachstumsmodus oder aus unserem Schutzmodus wahrnehmen können. Stelle dir einmal vor, die »Superposition« [siehe Teil 2, Kapitel 2, Seite 133 f.] wäre auf der Achse der Polarität immer vorhanden und erst mit unserer Wahrnehmung im Jetzt erschaffen wir die eine oder die andere innere Wirklichkeit; gleichzeitig bleibt aber die Möglichkeit der anderen Wirklichkeit erhalten. Deswegen ist es meiner Ansicht nach unsere veränderte Wahrnehmung, die im Schöpfungsakt des Moments in uns eine

andere Möglichkeit »realisiert«. Wir schwimmen ständig in einem Meer der Möglichkeiten.

• *Aber gibt es denn nicht so etwas wie Karma?*

Aber natürlich gibt es Karma – sofern du glaubst, dass es Karma gibt! Ich bin lediglich überzeugt, dass dein Glaube an ein Karma in deinem Leben Wirklichkeiten erschaffen wird. Doch an welches Karma glaubst du denn? Karma ist entweder das, was im »großen Buch« vorgezeichnet steht, oder es ist das, was wir Moment für Moment aus dem machen, was im »großen Buch« steht. Entscheide dich einfach für eines von beiden und es wird eintreten.

• *Bei mir geht es aber um viel mehr als nur Kopfweg. Ich habe richtig schlimme Diagnosen. Was kann ich denn machen, wenn es nicht mein Karma im konventionellen Verständnis ist?*

Ich weiß es nicht, was du machen sollst. Wenn du es möchtest, dann können wir schauen, welche Informationen in dir mit dieser Beurteilung auftauchen. Etliche Menschen mit durchaus lebensbedrohlichen Diagnosen haben die innere Überzeugung »Ich darf leben« nicht in ihrem Zellsystem aktiviert. Damit ist das, was als »Krankheit« erlebt wird, der exakte Erfolg ihrer unbewussten Überzeugung. Das Geniale daran ist, dass jeder die Macht hat, es zu verändern. Nur eben nicht mit der »Aspirin-Denke«, denn die Voraussetzung ist das Interesse und die Neugierde, mich auf eine innere Entdeckungsreise zu begeben, um mein Leben neu wahrzunehmen. Und je stärker ich mein Leben im Jetzt verändert wahrnehme, umso erstaunlichere »Nebenwirkungen« können auftreten, die im konventionellen Weltbild »Wunder« genannt würden.

• *Hältst du denn Wunder für möglich?*

Aber natürlich! Ich habe schon genügend Wunder erlebt. Das Leben ist doch ein einziges Wunder, das wir voll Staunen wahrnehmen können. Nehmen wir beispielsweise den in unserer heutigen

Medizin so totgeschwiegenen »Nocebo-Effekt«. Er ist die andere Seite der Medaille des Überzeugungseffekts. Jemand bekommt die niederschmetternde Diagnose, binnen kurzer Zeit an Krankheit XY zu sterben. Der Mensch stirbt wie »vereinbart«, doch in der Autopsie stellt sich heraus, dass es eine Fehldiagnose war. Sind wir im Feld unserer unbewussten Überzeugungen so richtig überzeugt, ist offenbar gar keine Krankheit nötig, um zu sterben. Verstehst du, wie machtvoll wir sind? Es gilt nur, diese Macht zu erkennen und zu nutzen! Und Wunder sind dann die Nebeneffekte einer anhaltenden veränderten Wahrnehmung unserer selbst im Jetzt.

• *Wo liegt denn der Unterschied zum positiven Denken oder NLP?*

Positives Denken und Neurolinguistisches Programmieren sind schön, wenn sie mit unseren individuellen, noch unbewussten Überzeugungen übereinstimmen. Ansonsten führen sie uns nur weiter in unseren inneren Schutzmodus. Die Information im Moment kann nicht mehr wahrgenommen werden, weil entweder positiv gedacht oder etwas verankert werden muss. Dieser Zwang steht einem entspannten Wahrnehmen meist ziemlich im Weg, und mir fehlt bei diesen Methoden die Achtsamkeit im Moment.

• *Können positives Denken oder NLP sogar krank machen?*

Wenn es Krankheiten tatsächlich geben sollte – was ich vermute, aber nicht weiß –, können wir durch positives Denken oder NLP schlicht den inneren Druck erhöhen. Das führt sicherlich selten in einen Wachstumsmodus, denn wir sind wieder in der Schnellerhöherweiter-Trance des Sisyphos-Syndroms. Meist wird das mit »Tschakka-Schlachtrufen« oder Bungee-Springen verbunden, damit sich Menschen endlich mal spüren können.

• *Könnte es denn sein, dass es gar keine Krankheiten gibt?*

Da wir immer nur Phänomene wahrnehmen können, entsteht ja »Krankheit« erst durch die vereinbarte Bewertung der Phänomene;

## Nachwort: Die Revolution findet in uns statt – wir haben die Macht!

### Selbstermächtigung und Verbindlichkeit

»Solange Verbindlichkeit fehlt, herrschen Zaudern und Unschlüssigkeit, die Möglichkeit des Rückzugs – immer wieder Erfolglosigkeit. Alle ersten Schritte betreffend, gibt es eine elementare Wahrheit, deren Unkenntnis zahllose Ideen und glanzvolle Pläne zu töten vermag: Dass sich in dem Moment, in dem der Mensch sich verbindlich einlässt, auch das Göttliche sich bewegt, alle möglichen Dinge geschehen, dem Menschen hilfreich beizustehen, die niemals sonst geschehen wären. Ein ganzer Strom von Ereignissen entspringt der Entscheidung und bringt zu unseren Gunsten unvorhergesehene Zwischenfälle, Begegnungen und Hilfen aller Art, von denen kein Mensch je geträumt hätte, dass sie seinen Weg kreuzen würden.

Was immer du tust, entscheide dich verbindlich dafür, und die göttliche Macht ist mit dir.«

► Johann Wolfgang von Goethe

*Was immer du  
tust, entscheide  
dich verbindlich  
dafür, und die  
göttliche Macht  
ist mit dir.*

Die Welt zu einem besseren Platz zu machen, erschien mir selbst lange Zeit als etwas sehr Wichtiges und war mir sogar geradezu ein Herzensanliegen. In meiner Jugend übten auf mich etliche politische, aber durchaus auch religiöse Konzepte eine hohe Anziehungskraft aus. In der christlichen Idee der Erlösung, so glaubte ich, gehe es um eine Erlösung von »außen«. Mich faszinierte, dass Buddha davon sprach, Erleuchtung sei das Ende allen Leidens. Die Erfahrung, dass wir »Leiden« in unserem ständigen inneren Prozess der Informationsverarbeitung selbst erschaffen, hatte ich schon recht früh in meinem Leben gemacht. Doch um zu benennen und konkret zu lehren, dass es rein um unsere innere Informationsverarbeitung geht, mussten noch etliche Jahre vergehen.

Je mehr ich bei meinen Recherchen den Fokus auf die Historie richtete, desto klarer wurde mir, dass kaum etwas mehr Leid, Tod und Unterdrückung verursacht hat als all die gut gemeinten und sehr schlüssigen »vernünftigen« Ansätze, die Welt zu einem besseren Platz zu machen. Man stelle sich die Toten vor, die Menschen, die in den letzten Jahrhunderten infolge christlicher, sozialistischer, kommunistischer, faschistischer, nationalistischer, islamistischer oder sonstiger Ansätze ihr Leben verloren. Alle diese Ideen der »Weltverbesserung« versprachen, die Welt zu erretten. Gerade in dieser Grundannahme scheint mir der Fehler zu liegen. Können wir wirklich noch im Ernst glauben, dass es ein weiteres neues Konzept braucht?

Meine Überzeugung hat im Übrigen nichts mit Fatalismus zu tun – im Gegenteil! Ich möchte Sie einladen, den Unterschied zu erleben: den Unterschied zwischen einem aktiv gestaltenden »maskulinen« Ansatz einerseits – und einem rezeptiv empfangenden, wahrnehmenden »femininen« Ansatz der Veränderung bzw. der Hingabe an eine natürliche Veränderung andererseits. Maskulin

und feminin hat in diesem Verständnis nichts mit unserer körperlichen Geschlechtlichkeit zu tun. Ich verwende die Begriffe als eine Metapher für die Beschreibung unserer Wirklichkeit. Im Nichts, in der Leere des Raums, ist alles: die gesamte Fülle des Universums. Unser innerer Raum der Leere und der Stille ist zeitlos und immer da, er braucht nur wahrgenommen zu werden. Dieselbe Fülle ist in meinem Krug, ob ich aus einem Brunnen oder aus dem Meer schöpfe.

Der Gedanke, die Welt zu einem »besseren« Platz machen zu wollen, kommt aus dem Mangel, weil er voraussetzt, dass etwas defizitär ist, also nicht in Ordnung ist. Doch womöglich erschaffen wir uns genau dies erst mit all den noch so klugen und teilweise durchaus logisch nachvollziehbaren »Weltverbesserungs-Ansätzen«. Ob das Defizitäre jenseits unserer Wahrnehmung wirklich existiert, können wir nicht sagen. Erst durch unsere Bewertung wird etwas gut oder schlecht; ohne unsere Bewertung existieren nur Phänomene.

Es gilt also, mit dem Begriff einer objektiv von uns getrennten Wahrheit und damit einhergehend mit unserer Vorstellung der Wirklichkeit zu beginnen. Erst die Grundannahme einer von uns losgelösten Wirklichkeit und Wahrheit impliziert, dass es auch eine Lüge gibt. Ohne das Konzept der Lüge kann ich das Konzept der Wahrheit nicht denken. Genau dies bildet die Grundlage für all das Leid und für die Milliarden von Toten: Menschen sind dem Konzept, es gebe eine Wahrheit, gefolgt und viele folgen ihm noch immer. Heinz von Foerster brachte es schon vor mehreren Jahrzehnten auf den Punkt: »Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners.« Oder präziser ausgedrückt: Das Konzept der Wahrheit ist die Erfindung eines Lügners.


Erlauben wir uns nur einmal die Vorstellung, über Nacht geschähe ein Wunder, sei es durch eine gigantische kosmische Strahlung, eine gute Fee, ein neues elektromagnetisches Feld, die Sternenkonstellation, die Engel oder vielleicht auch einfach »nur so«. Und zwar würde sich plötzlich von heute auf morgen bei allen Menschen in der Hirnphysiologie etwas Wundersames vollziehen: Auf einmal könnte sich nämlich jeder Mensch in jedem Moment

seiner Wahrnehmungen frei entscheiden. Egal was auf der Bühne seines Lebens gespielt wird – er könnte die eigene Aktion oder Reaktion aus dem inneren Wachstumsmodus kommen lassen. Nichts, rein gar nichts würde sich darüber hinaus in der Welt verändern. Es wäre sich nur jeder ganz selbstverständlich seiner Freiheit bewusst. Kein Verhalten käme mehr aus einer möglicherweise längst überholten Autopilot-Einstellung, sondern fortwährend aus unserem Wachstumsmodus heraus.

Wie würde sich die Welt verwandeln, wenn sich sonst nichts verändert? Ich glaube, wir würden in einer völlig anderen Welt leben, ohne dass auch nur ein Mensch etwas aktiv verändern müsste.

Das Beflügelnde an dieser Vision ist, dass es nur einen Moment und einen Platz gibt, an dem wir zurzeit beginnen können, uns verbindlich darauf einzulassen: das ständige Jetzt in unserem eigenen Wahrnehmungsprozess.

»Sei realistisch –  
rechne mit Wundern!«



Die Revolution zu  
einer »besseren«  
Welt beginnt in jedem  
Moment in uns selbst.  
Unser Ballon darf  
fliegen – jetzt!