



Andela - Mentaltraining

Coaching, Lebensberatung, Konfliktlösung

- Mit Klarheit, Selbstbestimmtheit und Leichtigkeit durchs Leben -

Wie das Bewusstsein Realität erschafft

Die genaue Frage ist: Wie kann der Mensch mit seinen Gedanken und Gefühlen überhaupt Realität beeinflussen bzw. erschaffen?

Das HeartMath Forschungsinstitut in Kalifornien (<https://www.nachinnen-nachausen.de/heartmath-institut.htm>) hat herausgefunden, dass die elektrische Kraft des Herzens (EEG) bis zu 60-mal stärker ist, als die des Gehirns und die magnetische Feldkraft bis zu 5000 mal stärker. Das bedeutet, dass unsere Gefühle einen viel stärkeren Einfluss auf unsere Realität haben als unsere Gedanken. Gefühle entstehen durch die Ausschüttung bestimmter Botenstoffe im Körper. Aber wer „entscheidet“ über diese Ausschüttung und die Art der Dosierung und damit über den gesamten emotionalen Zustand? Die Antwort ist: Es braucht ein Bewusstsein, einen Geist!

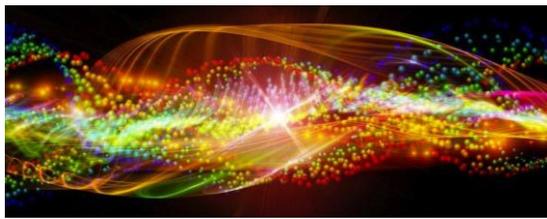
Vergleich: Eine Radiowelle enthält Informationen, in welchen Zeitabständen und mit welcher Intensität die Lautsprechermembran sich bewegen muss, damit ein Lied oder eine Sprachnachricht hörbar wird. Sie können hier das Radio mit Ihrem physischen Körper vergleichen, der – genau wie das Radio - nichts zufällig tut oder allein aus sich selbst heraus entscheiden kann.

Sie selbst müssen das Radio auf einen bestimmten Sender einstellen, d.h. die Antenne auf die gleiche Schwingung bringen, die Sie empfangen wollen. Genauso verhält es sich im realen Leben.

Es braucht also ein Bewusstsein/Unterbewusstsein, das Anweisungen und damit Informationen an die Materie weitergibt.

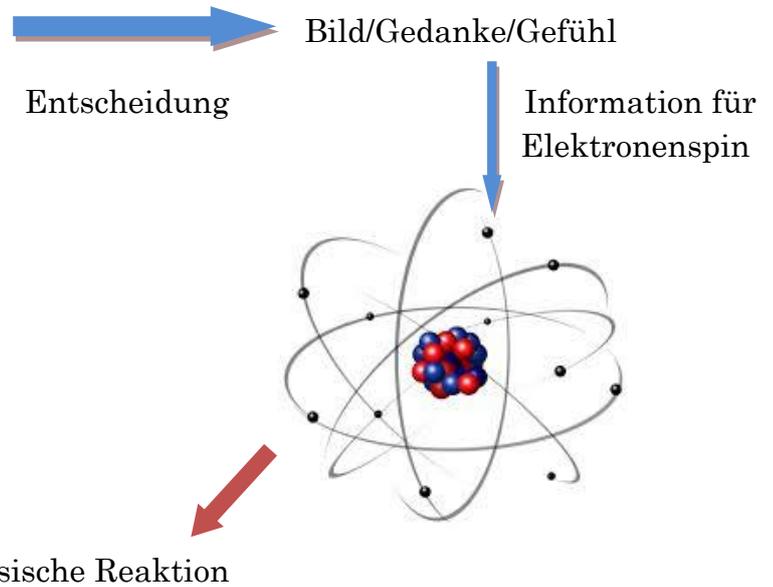
Ein weiteres Beispiel, das diesen Schaltmechanismus genauer erklärt: Sie heben Ihren Arm. Ihr Geist als Wille steuert dabei Materie – und zwar jeden Augenblick Ihres Lebens. Wenn Sie jetzt einmal diese Kette herunter marschieren und schauen, was genau dabei passiert, dann erkennen Sie zunächst, dass Muskelkontraktionen dafür verantwortlich sind, dass Sie den Arm heben können. Damit jedoch ein Muskel kontrahieren kann, müssen sogenannte Aktionspotenziale ausgelöst werden. D.h. es müssen bestimmte Ionen durch eine Membran fließen. Damit das geschieht, müssen Proteine die sich bereits in der Membran befinden, die Membrantore öffnen und wieder schließen. Und diese Proteine sind Eiweismoleküle mit gewissen Verbindungen, welche durch die Bewegung von Elektronen aufrechterhalten werden. Jedes Atom besteht aus einem Atomkern (Neutronen und Protonen) und darum kreisenden Elektronen. Diese Elektronen haben noch ein eigenes Rotationsmoment – auch „Spin“ genannt. Sie können es vergleichen mit der Planetenbewegung: Die Planeten kreisen einerseits auf einer Bahn um die Sonne und haben zudem noch eine Eigendrehung um sich selbst. Dieser Elektronenspin ist die Schnittstelle zwischen Geist und Materie. Wenn Sie bestimmte Gedanken

und Gefühle investieren, schalten Sie dadurch Informationen auf die Elektronen, wodurch sich deren Spin entsprechend ausrichtet. Dadurch wirken Kräfte, die das Atom in Bewegung setzen und die oben beschriebene Kette nimmt seinen Lauf.



„Meer aller Möglichkeiten“

(z.B. Gedanken, Gefühle, Bilder)



Dieser Mechanismus erklärt im Übrigen auch den Placebo-Effekt. Die Überzeugung des Menschen, dass ein (Schein)Medikament ihm hilft, wirkt wie oben beschrieben sich entsprechend auf den Körper aus. Ebenso aber auch in die andere Richtung: Negative Gedanken und Gefühle erzeugen entsprechende Empfindungen im Körper, die im Extremfall auch zur Krankheit führen können.

Halten wir also fest: Das Investieren bestimmter Gedanken, Gefühle und Überzeugungen beeinflusst über den Elektronenspin die Materie des Körpers. Dadurch sendet das Herz eine elektromagnetische Welle mit der entsprechenden Frequenz aus. Diese Herzmagnetwelle, die sich kugelförmig im ganzen Raum ausbreitet, steht in unmittelbarer Wechselwirkung mit Ihrer (materiellen) Umwelt, insbesondere anderen Lebewesen, die entsprechend darauf reagieren. Wenn Sie wachsam sind, können Sie also Ihre Außenwelt immer als Spiegel dessen ansehen, was Sie ausgesandt haben. Das ist das sogenannte *Resonanz-* oder auch *Spiegelgesetz*....

Wenn man diesen sehr intelligenten Schaltmechanismus der Natur genauer betrachtet, so birgt er einerseits eine Riesenchance: Sie können Ihre Realität, sofern Sie bewusst leben, selbst bestimmen. Andererseits birgt er auch eine riesen Verantwortung, nämlich die 100%-tige. Man kann sich diesem Mechanismus, diesem Naturgesetz nämlich gar nicht entziehen. Sie können also nicht nicht erschaffen, Sie können nur bewusst oder unbewusst erschaffen. Und wer sich nicht bewusst ausrichtet, wird leicht zum Spielball derer, die sich bewusst ausrichten.

Und wenn Sie sich etwas Zeit nehmen und in Ihrem Tagesablauf öfters Gedanken und Gefühle der Liebe investieren, so wird sich Ihr Leben mehr und mehr zum Positiven wenden, ganz gewiss. Und wem das Wort *Liebe* zu hoch erscheint, der probiere es mit Freude, Frieden, Freiheit, Fülle und Erfüllung.