

KLAUS MEDICUS

Selbst
HEILKRAFT

**Wie aus Bewusstsein
Realität wird**

*Impulse zur Entfaltung höchster Potentiale –
gesundheitlich, psychisch, spirituell*

amadeus-verlag.com

INHALTSVERZEICHNIS

Einleitung: Selbst-Heilkraft, Bewusstsein und Realität..... S. 12

1. Kapitel: Potentiale der Selbst-Heilkraft

1.1 Die Quantenwelt in unserem Inneren

- Über das Alltägliche hinaus..... S. 17
- Der innere Kompass..... S. 19
- Geist steuert Materie..... S. 22
- Der Fokus des Bewusstseins..... S. 26
- Willkommen in der nächsten Dimension der Wirklichkeit..... S. 28

1.2 Der Wirklichkeits-Code des Lebens

- Wo ist der Haken?..... S. 31
- Zu Hause in virtuellen Wirklichkeiten..... S. 33
- Die Kraft der Gegenwart..... S. 36
- Jenseits des Leidens..... S. 39
- Ich will doch nur helfen!..... S. 42
- Der Unterschied zwischen Emotionen und Gefühlen..... S. 44

1.3 Detox beginnt im Kopf

- Die Macht der Gedanken, die wir denken..... S. 46
- Beobachtendes Bewusstsein..... S. 48
- Der Raum reiner Wahrnehmung..... S. 50
- Die Welt der Polaritäten..... S. 54
- Kreativer Geist in Aktion..... S. 57

1.4 Den „Hag“ überschreiten

- Über den Rahmen des Gewohnten hinaus..... S. 61
- Die unendliche kreative Matrix..... S. 64
- Elenas Problem..... S. 66
- Reines Potential im Quantenfeld..... S. 68
- Elenas Erwachen..... S. 70
- Jenseits des autonomen Nervensystems..... S. 73

1.5 Schöpferische Intelligenz

- Einfach die Finger abschlecken.....S. 76
- Selbstheil-Kraft spirituellen Erwachens.....S. 78
- Tore zur unendlichen kreativen Matrix.S. 81
- Reines Gewahrsein.....S. 85
- Welten hinter der Gedanken-Matrix.....S. 87

2. Kapitel: Wie Bewusstsein Wirklichkeit erschafft

2.1 Bewusstsein – was ist das überhaupt...?

- Bewusstsein und der Glaube an die WirklichkeitS. 93
- Ein Quantum Schöpferkraft.....S. 97
- Die innere Führung aktivieren.....S. 102
- Placebo – Potentiale im Quanten-Feld.....S. 107
- Der Geist persönlicher Transformation.....S. 111

2.2. Bewusstsein im Quantenfeld

- Der unendliche gegenwärtige MomentS. 115
- Die Reise ins Unbekannte.....S. 122
- Wie Gewahrsein veränderte Wirklichkeiten erfahrbar macht ..S. 127
- Portale eines erfüllten Lebens.....S. 131
- Ein Bewusstsein, das sich selbst bewusst ist.....S. 134

2.3. Wirklichkeit im Auge des Horus

- Transzendentes Bewusstsein.....S. 140
- Veränderte Wirklichkeit schalten.....S. 144
- Der Q!-Entwicklungs-Prozess: Schöpferkraft sein.....S. 147
- Die Urinformation für Gesundheit.....S. 154

2.4. Bewusstsein, Wirklichkeiten und Manipulation

- Die Marionettisierung des MenschenS. 161
- Christus-Bewusstsein ein wenig anders.....S. 170
- Das Vermächtnis der Katharer.....S. 179
- Im Makrokosmos der WirklichkeitenS. 187

3. Kapitel: Wie wir sein können, was wir sein könnten

3.1. Die Kraft erlebter Gegenwärtigkeit

- Es gibt nichts zu tun!.....S. 195
- Grenzenlose Leere sein.....S. 200
- Zugänge ins Quanten-Feld.....S. 204
- Gewährsein - Schlüssel zum Wirklichkeits-Code des Lebens
(mit der Praxisübung 1)S. 211
- Bewusstsein eigener Schöpferkraft
(mit den Praxisübungen 2, 3 und 4).....S. 216

3.2. Quanten-Potentiale der Selbst-Heilkraft öffnen

- Grundlagen Intelligenter Körpersensorik.....S. 226
- Konkrete Anwendungsbeispiele intelligenter Körpersensorik.S. 231
- Unbewusste Überzeugungen bewusst wahrnehmen.....S. 236
- Den Ladungszustand innerer Bilder verändern
(mit der Meditation „Der kreativer Geist“)S. 239
- Authentisches Sein.....S. 243

3.3. Transformation: Das Sieben-Wochen-Q!-Programm

- Akzeptanz – der erste Schritt zur Veränderung
(*erste und zweite Woche*)S. 254
- Überzeugung erschafft Wirklichkeit (*dritte Woche*)S. 257
- Erweiterte Wahrnehmung erleben (*vierte Woche*).....S. 261
- Stromschnellen meistern (*fünfte Woche*).....S. 263
- Quantenpotentiale der Selbst-Heilkraft freisetzen
(*sechste Woche*)S. 267
- Die emotionale Signatur verändern (*siebte Woche*)S. 269
- Perspektiven öffnenS. 272

Nachwort: Eine Welt, in der wir wirklich gut und gerne leben.....S. 277

Über den Autor.....S. 280

Literaturverzeichnis.....S. 282

QuellenverzeichnisS. 283

Einleitung: Selbst-Heilkraft, Bewusstsein und Realität

Selbst-Heilkraft klingt irgendwie magisch und mystisch. Aber erlauben wir uns doch einfach mal den Gedanken, Selbst-Heilkraft wäre etwas ganz Normales, ein Potential, das in jedem Menschen steckt – dann wäre es nur eine Frage, wie aus Potentialen sinnlich erfahrbare Wirklichkeiten werden. Dieser Frage wird vom Mainstream nicht nachgegangen, und es gibt darüber – vermutlich aus rein wirtschaftlichen Interessen – auch keine Studien. Kein Wunder – Menschen, die in einem Bewusstsein ihrer eigenen Selbst-Heilkraft leben, sind geschäftsschädigend, weil es im heutigen Gesundheitswesen mit Pharmaindustrie und technischer Medizin um gewaltige Finanzinteressen geht. Kranke Menschen sind bares Geld wert, gesunde Menschen nicht. Aus Sicht der Kapitalrendite sollte es Selbst-Heilkraft also am besten überhaupt nicht geben. Doch sobald wir andere Werte als die des Kapitals priorisieren und den Mainstream links liegen lassen, können wir erleben, wie sich Materie im menschlichen Körper nachhaltig verändern kann, indem Bewusstsein Realität erschafft. Menschen, die überzeugt sind, krank zu sein, werden nur durch die bewusste Veränderung bislang unbewusster Überzeugungen, binnen Wochen oder Monaten gesund – ganz ohne irgendein Heilungsverfahren entsteht eine veränderte Wirklichkeit. Ich schreibe in diesem Buch überhaupt nichts über Heilung, noch arbeite ich als Therapeut oder Heiler. Mein Arbeitsbereich liegt ausschließlich im Bereich der Potentialentwicklung und das umfasst das ganze Potential menschlichen Heil-Seins.

*Bei unserem Heil-Sein geht es um die Potentiale psychischer,
physischer und spiritueller Gesundheit;
davon haben Experten für Krankheiten meist keine Ahnung.*

Was diejenigen verändern, denen Gesundheit gelingt, ist, mittels Achtsamkeit und Gewahrsein Zugang in konkrete spirituelle Dimensionen ihres Seins zu finden und sich damit selbst und ihrem Leben neuen Ausdruck zu verleihen. Denn gesund zu sein ist ein Potential, das jedem lebenden Wesen innewohnt; uns scheint lediglich die Dimension des Bewusstseins, dies zu erkennen, verlorengegangen zu sein. Es geht um das Bewusstsein, wie

Geist zu Materie, zur erfahrbaren Realität wird. Mit diesem Buch möchte ich dein Interesse wecken, auf eine ganz konkrete spirituelle Entdeckungsreise zu gehen, um zu erleben, wie wir sein können, wer und was wir sein könnten.

Kann es wirklich sein, dass wir Krankheitsexperten brauchen, die Gift verschreiben, um gesund zu werden? Was sind sogenannte Nebenwirkungen von pharmazeutischen Drogen anderes als der Ausdruck einer kollektiven Trance, uns freiwillig zu vergiften? Um sich davon zu verabschieden, fehlt den meisten Menschen die Dimension erkennenden Bewusstseins für eine aus dem eigenen reinen Geist inkarnierende Heilkraft. Seit vielen Jahren bin ich Zeuge, wie Menschen durch veränderte Dimensionen des Bewusstseins ihre inneren Überzeugungen, Glaubenssätze und Bilder der Vergangenheit transformieren und dadurch die Biologie ihrer Zellen nachhaltig verändern. Der Grund für dieses Phänomen liegt in dem Bewusstsein, das autonome Nervensystem des Körpers selbst beeinflussen zu können. Die Menschen verändern nachhaltig ihre emotionale Signatur im Leben und damit sich selbst. Diese Fähigkeit bewirkt eine drastische Verbesserung der Gesundheit, insbesondere weil sich die Kompetenz aufbaut, das eigene Gehirn immer synchroner und kohärenter zu steuern. Doch das gilt nicht nur für Menschen, die sich Stress und Burn-out ausgeliefert fühlen – selbst Autoimmunkrankheiten, Angstzustände, Depressionen, chronische Hauterkrankungen und Herzleiden sind unserer Selbst-Heilkraft zugänglich, sobald wir einen Zugang in unser bislang unbewusstes Betriebssystem entdecken. Indem wir keinem inneren Gedankenkarussell mehr ausgeliefert sind und anders denken, fühlen und handeln, verändern sich in unseren Körpern auf Zellebene epigenetische Prozesse. In diesen Fällen können wir beobachten, wie aus verändertem Bewusstsein veränderte Materie entsteht.

Doch wie diese Potentiale unseres Bewusstseins zu erlebter Wirklichkeit werden, darüber findet man kaum Informationen. Das zu ändern ist die Intention dieses Praxisbuchs. Anhand konkreter Beispiele schildere ich Voraussetzungen zur Selbst-Heilkraft, theoretische Hintergründe und konkrete Wege, wie wir erleben können, dass aus reinem Potential Wirklichkeit wird. Was ich beschreibe, ist ein Weg des Bewusstseins der Gegenwärtigkeit, den jeder Mensch mit offenem Geist gehen kann. Dieser Weg führt uns neben physischem Heil-Sein in neue Dimensionen unseres

Bewusstseins, die zuweilen auch als „spirituelles Erwachen“ bezeichnet werden.

Anhand konkreter Beispiele von Menschen, die ihre Potentiale des Heil-Seins zum Erblühen brachten, soll dieses Buch den Leser mit dem Quantenuniversum vertraut machen, das in uns verborgen liegt. Die Welt, die uns umgibt, und das Leben selbst unterscheiden sich in ihrer innersten Natur von vielem, was wir darüber zu wissen *glauben*. Unsere innersten Überzeugungen, Glaubenssätze sowie Vorstellungen erschaffen in jedem Moment eine Wirklichkeit, die uns höchst real erscheint. Nur sind wir uns dieses erschaffenden Bewusstseins meist nicht bewusst. Darin liegt auch der Grund verborgen, warum wir so leicht manipuliert werden können, beispielsweise durch Sprache, Emotionen und Bilder. Um Potentiale der Selbst-Heilkraft in veränderten Dimensionen des Bewusstseins als neue Normalität erfahren zu können, ist es entscheidend, unseren Geist vom Wind des Wandels tragen zu lassen. Dazu braucht es lediglich Neugierde darauf, was sich hinter den Schleiern alltäglicher Illusionen verbirgt, und die Bereitschaft, uns vom betreuten Denken des Mainstreams zu verabschieden, um zu erkennen, welche Macht in uns liegt, die Wirklichkeit unserer 70 Billionen Zellen im Jetzt zu erschaffen. Der höchste Wert dabei ist unsere Freiheit! Die Freiheit, die es zu schützen und zu bewahren gilt in einer Zeitepoche, die Moralin geschwängert immer neue Schuldgefühle erschafft, um mittels Zwängen und Verboten der Obrigkeit alles Leben zu regulieren. Auf diesem Weg begegnet uns auch das Phänomen, wie mittels Sprache, Bildern und Emotionen wahrnehmbare Wirklichkeiten entstehen bzw. allzu oft künstlich durch allgegenwärtige Mainstreammedien erschaffen werden. Wir brauchen das Bewusstsein zu erkennen, wie Ängste und Panik von außen geschürt werden. Es geht dabei um das Zusammenspiel des Mikrokosmos in uns mit dem Makrokosmos, der uns umgibt. Denn nichts ist so, wie wir es oft vordergründig wahrnehmen und *glauben*, es sei die Wirklichkeit.

Mit der Metapher des Sonnenuntergangs will ich das Phänomen dieses Glaubens verdeutlichen: Mit einem geliebten Menschen einen Sonnenuntergang zu erleben, kann romantische Gefühle wecken und einfach wunderschön sein. Eine untergehende Sonne wirkt höchst real, weil sie unsere

erlebte Wirklichkeit ist, und so einen Sonnenuntergang bewusst zu erfahren, hat die Kraft, unsere Stimmung und Lebensenergie positiv zu verändern. Gleichzeitig ist dieses Erleben jedoch reine Illusion, denn wir rasen auf unserem Planeten Erde mit etwa 1.000 Kilometern pro Stunde um die Erdachse. Bekanntlich dreht sich die Erde in 24 Stunden einmal um sich selbst, was uns diese herrliche Illusion eines Sonnenuntergangs ermöglicht. Zudem rasen wir auch noch mit etwa 100.000 km/h um die Sonne, um sie einmal im Jahr zu umkreisen. Unser ganzes Sonnensystem saust – inklusive uns irgendwo zwischendrin – mit nahezu 220 Kilometern pro Sekunde um das Zentrum seiner Heimatgalaxie, die Sonne. Das sind ungeheuerliche Geschwindigkeiten, von denen wir gar nichts mitbekommen. Zu Galileos Zeiten hätten wir diese falsche Interpretation natürlich nicht denken dürfen, ohne dafür lebendig auf dem Scheiterhaufen zu landen. Die damaligen Wahrheits-Wächter der Heiligen Römischen Kirche nahmen ihren Job sehr ernst, und viele Menschen glaubten den von den Herrschenden verbreiteten Unsinn. Menschen wie Galileo, die es wagten, über den Tellerrand herrschender Ideologien zu blicken, gab und gibt es zu allen Zeiten. Im Moment scheint es die Strategie der heutigen Wächter reinen Glaubens zu sein, den Menschen einfach die Teller zu rauben – denn wenn jeder nur noch ein veganes Schälchen vor sich hat, gibt es keinen Tellerrand mehr, über den jemand schauen könnte. Wachsende Armut im noch vor wenigen Jahrzehnten blühenden Europa, zunehmende Krankheiten, politische Unruhen, Millionen von Zuwanderern und immer mehr oft junge Menschen, die als Aktivisten manipuliert gegen die Chimären des Bösen kämpfen, sind heute die nackte Wahrheit. Es ist eben leichter, endlose Lügen im schönen Gewand der Wahrheit anzuschauen, in deren „geile“ Vermarktung Milliarden investiert werden. Die Wächter der Wahrheit tun alles, damit Menschen die ihnen innewohnende Selbst-Heilkraft genauso wenig mitbekommen wie die rasante Geschwindigkeit, mit der wir durchs All fliegen. Und wer von den mentalen Viren momentan herrschender Ideologie befallen ist, dankt den Zensoren der heiligen Wahrheit für ihr weltverbesserndes Werk. Die Uniformität zivilgesellschaftlichen Engagements nährt sich zunehmend aus derselben geistigen Konformität, die in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts als Gleichschaltung bezeichnet, brutal Millionen von Menschenleben zerstörte. Die meisten Menschen bekommen die Wirklichkeit hinter all den Illusionen medial kunstvoll erzählter Geschichten, emo-

tionaler Bilder und Konstrukten virtueller Wirklichkeiten gar nicht mit – wie zu Galileos Zeiten.

Demgegenüber können wir aber lernen, aus einer Haltung gegenwärtigen, beobachtenden Bewusstseins, uns der ständigen Manipulation des Geistes gewahr zu werden, um dem ganz alltäglichen Wahnsinn betreuten Denkens nach und nach den Rücken zu kehren. Statt dem Mainstream zu folgen, kannst du erleben, dass es ausschließlich um Erfahrungswissen geht, das jedem Menschen zugänglich ist. Eine wundervolle Welt liegt in uns und wartet darauf, entdeckt und unmittelbar erlebt zu werden. Wir stehen in allen Lebensbereichen der Menschheit vor einem gewaltigen Wandel, der mit viel mehr zu tun hat, als Lösungen für momentane Problemstellungen zu finden oder irgendwelche Störungen zu beseitigen. Um Mut für diesen Wandel zu fassen, soll dieses Buch einen Beitrag leisten: für ein neues, wundervolles Europa nationaler Vielfalt und gewachsener Kulturen, das von Freiheit und einem erwachenden Bewusstsein der Selbstermächtigung und Selbst-Heilkraft starker Menschen getragen ist!

„Wählte Christus Jesus, dieses große Vorbild auf dem wahren Weg zum Lichte, seine Jünger unter den gelehrten Pharisäern? Unter Schriftenforschern? Er nahm sie aus der Schlichtheit und der Einfachheit heraus, weil sie nicht anzukämpfen hatten gegen diesen großen Irrtum, dass der Weg zum Licht mühselig zu erlernen ist und schwer sein muss. Dieser Gedanke ist der größte Feind des Menschen, er ist Lüge!“

„Gralsbotschaft – Im Lichte der Wahrheit“ von Oskar E. Bernhardt

1. Kapitel: Potentiale der Selbst-Heilkraft

1.1 Die Quantenwelt in unserem Inneren

Über das Alltägliche hinaus

Selbst-Heilkraft ist als Quantenpotential in jedem Leben immanent. Diese Kraft zu aktivieren, ist grundsätzlich immer möglich. Zuweilen wirkt es wie ein Wunder, über welche enorme regenerative Selbst-Heilkraft unsere Billionen von Zellen verfügen, sobald sich das geistige Potential in materielle Wirklichkeit verwandelt. So kann es magisch wirken, wenn Menschen, die beispielsweise unter heftigen Allergien oder Autoimmunerkrankungen leiden, urplötzlich gesund werden, indem sie sich lediglich unerwünschter, einschränkender Überzeugungen, Verhaltensmuster und Gewohnheiten bewusst werden und es schaffen, sie ins Produktiv-Funktionale umzuwandeln. Da gibt es keinen Heiler, keine Heilung und auch Medizin von außen – es geht ausschließlich um das Bewusstsein, wie Überzeugungen und Glaubenssätze, unser Denken und Fühlen und wie dies alles unser physisches Leben bestimmt. Dieses unsichtbare Informationsfeld in uns nimmt direkten Einfluss auf unseren Körper und unser Leben. Beispielsweise entscheiden unsere meist unbewussten Überzeugungen darüber, ob unser Körper von Stresshormonen gesteuert wird, was die Hauptursachen der meisten Krankheiten ist. Nicht, was sich im Außen ereignet, entscheidet unter anderem darüber, welche Hormone im Zellsystem unseres Körpers produziert werden, sondern wie wir im Inneren auf das Außen reagieren. Werden von außen Ängste, mittlerweile sogar offene Panik geschürt und schalten die Mainstreammedien auf Weltuntergangs-Rot, entscheidet die Dimension des Bewusstseins, in der wir leben, ob unser Körper von Stresshormonen und Ängsten überflutet wird oder ob wir frei vom emotional offerierten, betreuten Denken in unserer Mitte bleiben können. Dieses In-der-Mitte-bleiben-Können hängt davon ab, wie synchron und kohärent unsere Gehirnfrequenzen im virtuellen Weltuntergangs-Szenario bleiben. Dazu braucht es eine Wahrnehmung und das klare Bewusstsein, in unserer eigenen Mitte zu stehen und dass wir sein können, wer wir wirklich sind. Das Potential dazu trägt jeder Mensch in sich – es muss nur aktiviert werden.

Wie Potential zu Wirklichkeit wird und was in unserem Leben über das Alltägliche hinaus möglich ist, beschäftigt mich schon mein ganzes Leben. Beruflich war ich viele Jahre in Personalbereichen unterschiedlicher Unternehmen für die Führungskräfteentwicklung zuständig – *HR Leadership Development* nennt man das heute so schön. Später lag mein beruflicher Schwerpunkt im Potential-Coaching für Manager verschiedener Branchen. Dabei hatte ich immer mit unterschiedlichsten Persönlichkeiten zu tun, bis hin zu Konzernvorständen. Die Themen in den Coachingsitzungen lagen zunächst immer im sachlichen und beruflichen Bereich, doch innerhalb kürzester Zeit verlagerten sie sich zu einschränkenden Überzeugungen, Ängsten, Stress, Empfindungen und gesundheitlichen Befürchtungen – eben zu all dem, was Menschen im Inneren bewegt. Da geht es um Kausalitäten: alle Sachthemen, Probleme und Störungen, einfach alles, von dem wir *glauben*, ja, geradezu überzeugt sind, es sei die Wirklichkeit. Und die Geschichten, die unser Verstand daraus macht, bilden die Dimension bzw. die Ebene der Symptome, was wiederum in die gängige Symptombehandlung führt. Aber die interessiert mich nicht, denn hinter den Symptomen liegen immer Ursachen – und ausschließlich um diese Ursachen sollte sich gekümmert werden. Nur das schafft nachhaltige Veränderung. Im Laufe vieler Jahre zeigten sich mir in den Entwicklungsprozessen vieler Menschen immer wieder die Potentiale der Selbst-Heilkraft. Anfangs hatte ich keine wirkliche Idee, was sich mir da offenbarte, doch nach und nach veränderte sich der Fokus des Bewusstseins in meiner Arbeit. Ich realisierte, dass mich diese veränderten Dimensionen des Seins zunehmend interessierten und wie mir allein dieser Fokus Zugang zum unsichtbaren Informations- oder Quantenfeld reinen Potentials gewährte.

Ergänzend zu diesen Erfahrungen bekam ich im Lauf der Zeit immer öfter Aufträge, Geschäftsleitungen zu unterstützen, die richtigen Kandidaten für Schlüsselpositionen auszuwählen. Wenn sich eine obere Führungskraft als Fehlbesetzung herausstellt, kann sich dies für ein Unternehmen zu einem Millionenschaden entwickeln – entsprechend intensiv sind deswegen oft die Auswahlprozesse. Die entscheidenden Unterschiede zwischen fachlich ähnlich qualifizierten Kandidaten liegen im Bereich sogenannter *Soft Skills*, also in dem, was Menschen im Inneren bewegt und wie sie damit umgehen. Wie souverän bleiben Menschen in unerwarteten, herausfordernden Situationen, und sind sie in der Lage, auch unter Druck

geistige Räume zu schaffen, aus denen sich kreative Lösungen entwickeln können? Heute wird dies häufig als *persönlichkeitsabhängige Kompetenz* bezeichnet. Nur was ist diese Persönlichkeit eigentlich? Etwas fest Bestehendes oder die momentane Verbindung zum Bewusstsein, zu einem Informationsfeld, mit dem sich der Einzelne identifiziert? Im Kern geht es um die Fähigkeit, auf das, was wir als Stress bezeichnen, mit innerer Ruhe, Gelassenheit und kohärenten Gehirnwellen zu reagieren. Diese weichen Schlüsselqualifikationen sind entscheidend für die berufliche, spirituelle und gesundheitliche Entwicklung jedes Menschen. Bei der Frage, welche Position für welchen Menschen passt, geht es darum, mit dem jeweiligen herauszuarbeiten, was er wirklich in seinem Innersten will. Und diese Klarheit basiert auf Bewusstsein und der Wahrnehmung innerer Überzeugungen und Glaubenssysteme. Nur in diesem Wahrnehmen ist authentisches Sein möglich – sonst bleibt unser Sein auf der Ebene mechanistischen Funktionierens stecken, und würde das reichen, könnte man auch Roboter oder Künstliche-Intelligenz-Maschinen für Schlüsselpositionen in Organisationen einsetzen. Emotionale Kompetenzen und emotionale Intelligenz unterscheidet lebendige Menschen von funktionierenden Maschinen. Den entscheidenden Unterschied macht das Bewusstsein aus. Um authentisch zu sein, brauchen wir Bewusstsein darüber, wer wir wirklich sind.

Der innere Kompass

Bei Authentizität geht es um Bewusstsein eines klaren emotionalen Kompasses in uns, der bei allen kleinen und großen Herausforderungen im Jetzt die Richtung weisen kann, und das spielt auch für die richtigen Stellenbesetzungen eine entscheidende Rolle. Bei etlichen Menschen, mit denen ich über einen längeren Zeitraum intensiv an ihrem Bewusstsein über bislang unbewusste Überzeugungen gearbeitet habe, machte ich eine faszinierende Entdeckung: Immer wieder konnten Menschen erleben, wie sich eine neue Persönlichkeit zeigte; eine Persönlichkeit frei von Stress, Ängsten, Depressionen, Burn-out, Autoimmunschwächen und vielem mehr. Mittlerweile ist es bei meiner Arbeit schon etwas Normales geworden, zu erleben, wie sich bei vielen Menschen Quantenpotentiale des Lebens neu organisieren können und sich teilweise vollkommen Neues im Leben, wie beispielsweise veränderter Gesundheit oder neuer Persönlichkeitsanteile, zeigt. Das ist

einfach faszinierend. Auf der Suche nach den Schlüsseln zu diesen verblüffenden Phänomenen konnte ich beobachten, dass sich im Erleben wirklich veränderter Wahrnehmung andere Dimensionen des Bewusstseins zeigen – es war verblüffend, was sich da alles im Leben der Menschen veränderte. Zunächst konnte ich nur über diese Phänomene staunen, hatte aber keine Idee, wie sie zustande kamen.

Jahrelang war ich überzeugt, es wäre wichtig zu wissen, was Menschen erlebt haben; also ihre Geschichte zu kennen und zu verstehen. In all meinen therapeutischen Ausbildungen hatte ich es so gelernt, und als Coach habe ich Menschen oft recht erfolgreich beim Lösen alter Verstrickungen begleitet. Allerdings wurde mir durch die Erfahrungen im Coaching immer klarer, dass es ausschließlich auf die Bits und Bytes ankommt, die unsere Nervenzellen abgespeichert und die sich im emotionalen Gehirn häuslich eingerichtet haben. Und irgendwann ließ mich eine Frage nicht mehr los: Was, wenn es überhaupt nicht um die Geschichte geht? Denken und Geschichtenerzählen öffnet in diesen emotionalen Bereich keinen Zugang. Doch sind wir frei, den Zugang unseres Bewusstseins auf die Gegenwärtigkeit des momentanen Augenblicks im Körper zu richten, bekommen wir ein ganzes Feuerwerk an Informationen geliefert. Und dieses Feuerwerk an Informationen erschließt uns diese neuen Bereiche unserer Selbst. Wir finden Selbstermächtigung.

Als ich das erkannte, kam ich den Schlüsseln einer Codierung der Wirklichkeit schon langsam näher: Es kommt ein neues Bewusstsein zum Vorschein – selbst Schöpferkraft zu sein. Und die Antwort, die ich schließlich fand, hat mich in ihrer Einfachheit verblüfft: Es geht darum, den Ladungszustand der Bits und Bytes alter Erinnerungen und Bilder, die uns im Inneren bewegen, verändert wahrzunehmen. Es ist lediglich die Information, dass die Erinnerungen schmerzlich ist. Nicht was war, ist entscheidend, sondern einfach der Ladungszustand der Information im gegenwärtigen Moment. Anders ausgedrückt: Vergiss die erzählte Geschichte!

Der Zugang zu schmerzlichen Erinnerungen gelingt über die regelmäßige Fokussierung des Bewusstseins auf den Körper. Statt die alte Geschichte zu nähren, ist es essentiell, mit dem Fokus des Bewusstseins an einem ganz präzisen Punkt anzukommen – nämlich im Jetzt und was dort ist. Sobald ich erkannte, wie Transformation jenseits der alten Geschichten möglich ist, veränderte sich mein berufliches Selbstverständnis radikal. Es

war reines Erkennen, dass es im Potential-Coaching um das Bewusstsein der Gegenwärtigkeit geht und um all die unbewussten Überzeugungen, die sich dabei zeigen. Die einschränkenden Überzeugungen jenseits der erzählten Geschichten immer leichter wahrzunehmen, erwies sich als Schlüssel zu grundlegenden Veränderungen. Entscheidend erwies sich ein Wechsel der Ebenen, nämlich Empathie und Feinfühligkeit nicht zur erzählten Geschichte zu empfinden, sondern zum Menschen, der diese erzählt. Die Geschichte an sich spielt überhaupt keine Rolle, entscheidend sind allein die Überzeugungen und Glaubenssätze, die das früher Erlebte im gegenwärtigen Moment in der Person auslöst!

So lernten Menschen in meinen Coachings, ihre Einschränkungen selbst in befähigende, kraftvolle Grundlagen der Lebendigkeit zu verwandeln. Oft wusste ich keinerlei Details ihrer Erlebnisse, Diagnosen oder gesundheitlichen Störungen, geschweige denn, dass wir daran gearbeitet hätten. Doch wurde immer offensichtlicher, dass nichts eine toxischere Wirkung auf unsere Zellen und unser Wohlbefinden hat, als ein ständiges Gedankenkarussell, Dauerfragen nach einem Warum und die Gewohnheit, alte Geschichten wie Filme immer wieder anzusehen. Die Kraft der Gegenwart und deren erfüllende Frische lässt sich über eine veränderte Nutzung unseres Gehirns mit Leichtigkeit erreichen. Genau darin liegen die Schlüssel verborgen.

Denken, Ratio, Logik und Analyse sind hervorragende Werkzeuge, die uns zur Verfügung stehen, doch ihre Nebenwirkung liegt in der Begrenzung menschlichen Potentials. Wir brauchen Zugänge jenseits der Bereiche unseres Gehirns, die wir heute nutzen.

Es ist sinnlos, mit Menschen über den größeren Rahmen zu sprechen, die über diese Dimension des Bewusstseins bislang nicht hinausgekommen sind. Ich kann Menschen einladen, sich zu öffnen und die darüber hinausgehenden Dimensionen zu erleben. Dies lässt sich jedoch nicht mit dem *Neocortex* verstehen. Wir können dieses Bewusstsein erleben und dabei beobachten, was sich daraus auf Zellebene verändert. Doch sobald wir es verstehen wollen, brauchen wir immer Modelle der Wirklichkeit – und Modelle können nur Bilder erfahrbarer Wirklichkeiten, also virtuelle Realitäten, sein.