

## DER CODE DES BESSER-WERDENS

Der Quantenphysiker Hans-Peter Dürr betont in seinen Vorträgen und Aufsätzen immer wieder, dass sich „die Welt gewissermaßen in jedem Augenblick neu ereignet“. Und weiter: „Das Natur-Geschehen hat den Charakter einer fortwährenden Entfaltung.“ Das bedeutet: „Die Schöpfung ist nicht abgeschlossen.“

Wenn nun die Schöpfung noch nicht abgeschlossen ist ... wo findet sie denn statt, diese Schöpfung?



Nun, sie ist in jeder Sekunde dort präsent, wo Leben ist. Leben ist Schöpfung im Jetzt. Es gibt kein Leben außerhalb der Schöpfung: Lebens-Kraft ist Schöpfungs-Kraft.

Schöpfung ist beobachtbar im kleinsten Kleinen, z.B. in der Welt der Quanten. Ebenso ist Schöpfung beobachtbar im unendlich Großen, z.B. in den Expansionen im Kosmos. Schöpfung ist aber auch beobachtbar im Zell-System des Menschen, z.B. in dem kontinuierlichen und intelligenten Fluss der Zell-Teilungen.

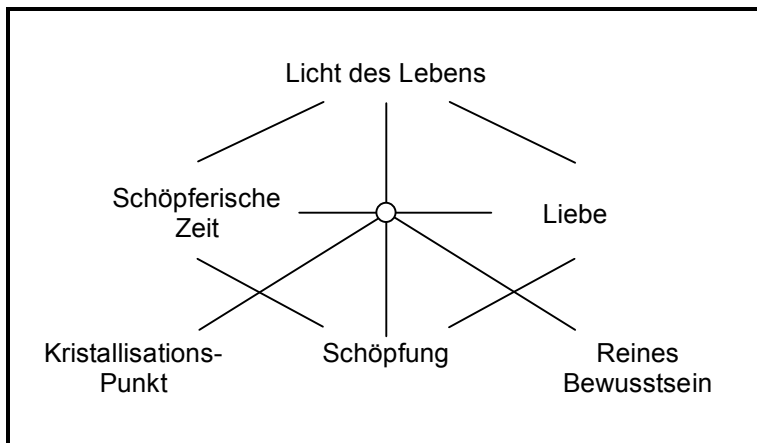
Wenn sich ein Wissenschaftler bemüht, diese Schöpfung als Geschehen (kosmische Absicht)

oder als Kraft zu analysieren, stößt er automatisch auf das Phänomen der Zeit. Ganz offensichtlich vollzieht sich der Prozess der Schöpfung, sofern er für uns Menschen beobachtbar wird, in der Zeit (Zeitpfeil). Schöpfung erzeugt irgendwie diejenige Zeit, in der sie geschieht. Aber zugleich agiert hinter dieser Geburt von Zeit eine andere Art von Zeit ... eine Zeit, die das Verursachen von Ursachen stimuliert oder organisiert.

Das ist die freie, schöpferische Zeit. Sie ist frei, weil sie nicht an den Zeitpfeil gebunden ist. Und sie ist schöpferisch, weil sie die Dimensionen der Emergenz und der Kontingenz in unser Leben hineinzutragen scheint

... also alle Prozesse der Neuerung und der Verbesserung (Evolution).

Wenn sich ein Mystiker bemüht, das allumfassende Jetzt der Schöpfung, das synonym mit „Leben“ zu sein scheint, zu erfahren und zu erleben, wird er gezwungen sein, den Weg der Integration (Hingabe) und der Teilnahme zu wählen. Er wird nicht versuchen, das Schöpferische „von außen“ zu analysieren, sondern er wird sein Leben in die Schöpfung integrieren (mystische Schau). Und wenn das gelingt, wird er erleben, wie er innerhalb seiner Zeit (Zeitpfeil) hineingleitet in die Energie einer anderen Qualität von Zeit. Er wird diese „andere Zeit“ als Licht erleben. Als kristallklares, kaltes Licht, das voller Fürsorge und Liebe ist. So wird er das Licht des Lebens erleben. Er wird es erleben als einen äußerst intimen Akt der Schöpfung seiner selbst ... als Kristallisations-Punkt zwischen dem persönlichen Sein und dem persönlichen Werden. Und er wird schweben. Er wird als reines Bewusstsein in dem Erlebnis schweben: „Ich bin das Jetzt meiner Schöpfung, weil ich das Licht geworden bin.“ Dadurch wird er ahnen, dass dieses Licht des Lebens identisch ist mit der schöpferischen Zeit und Liebe:



Das ist das erlebte Wissen des Mystikers. Es ist außerordentlich. Aber es ist in diesem Zusammenhang darauf hinzuweisen, dass dieses Wissen in jedem Menschen präsent ist ... in jedem: Das ist das Überbewusstsein.

Das Überbewusstsein ist das Organ für die Inclusive Fitness der Gattung Mensch, und es ist zugleich das mental-neuronale Instrument für Co-Evolution.

Dieses Überbewusstsein ist unserem Denken nicht zugänglich. Dieses Denken erzeugt das, was man das Mittelbewusstsein (= Bewusstheit) nennen könnte. Allerdings kann die Denk-Bewusstheit Konzepte und



Strategien entwickeln, die darauf ausgerichtet sind, das Überbewusstsein

- an das Mittelbewusstsein zu koppeln
- in klarer, d.h. abrufbarer Form zu instrumentalisieren.

Noeterik und Mind Design sind die ersten Versuche, diese beiden Zielsetzungen praktikabel zu machen. Die bisherigen Erfahrungen haben gezeigt, dass sich das Überbewusstsein sehr effizient formen lässt. Das folgende Schaubild beschreibt das:

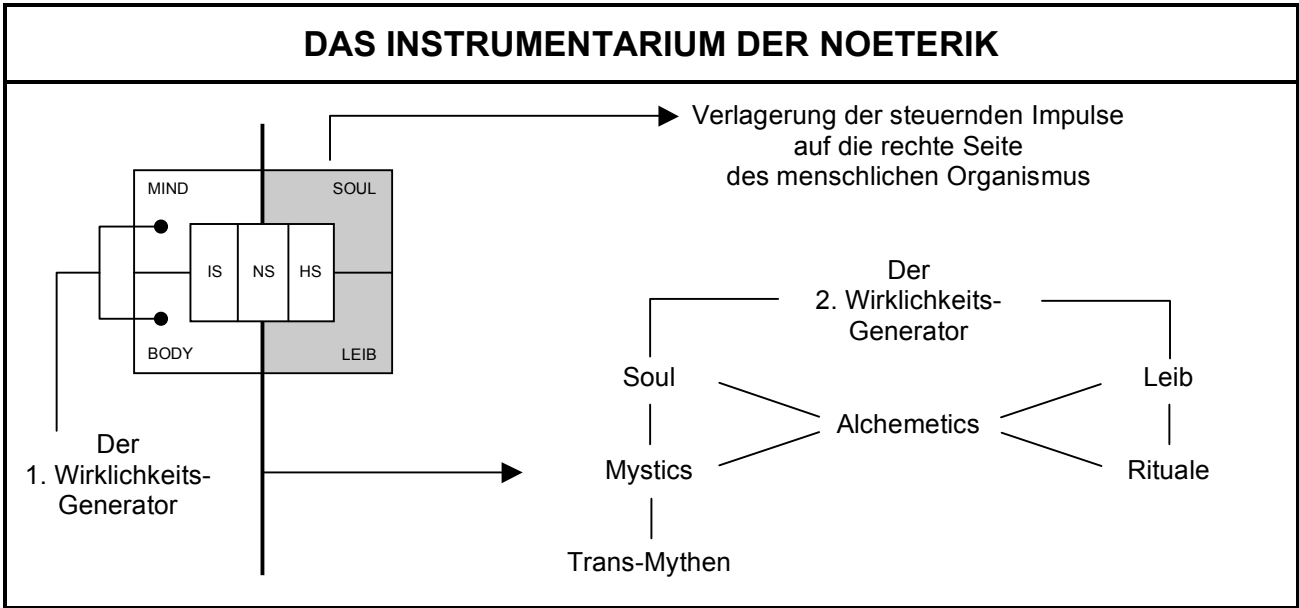
### **GEHIRN UND CO-EVOLUTION**

Die Rituale von Mind Design funktionieren deshalb so schnell und intensiv, weil es das Überbewusstsein in jedem menschlichen Bewusstsein gibt.

Alle Menschen haben ein mental-neuronales Instrument in ihrem Gehirn, das sie befähigt, mit der schöpferischen Zeit zu kooperieren.

Der Mensch ist grundsätzlich auf Co-Evolution ausgelegt.

Das Überbewusstsein kann sehr gezielt instrumentalisiert werden, und zwar auf Basis einer logischen Methodologie. Das dabei sichtbar werdende Instrumentarium basiert also auf Ratio und Logik (und nutzt so viel Wissenschaft wie möglich), es ist aber weder Ratio-Logik noch angewandte Wissenschaft. Es ist ein Instrumentarium, das man wie folgt skizzieren könnte:



Dieses Instrumentarium ist auf die Kooperation des menschlichen Lebens mit der freien, schöpferischen Zeit ausgerichtet. Hierzu können folgende Aussagen gemacht werden:

## ZEIT UND CO-EVOLUTION

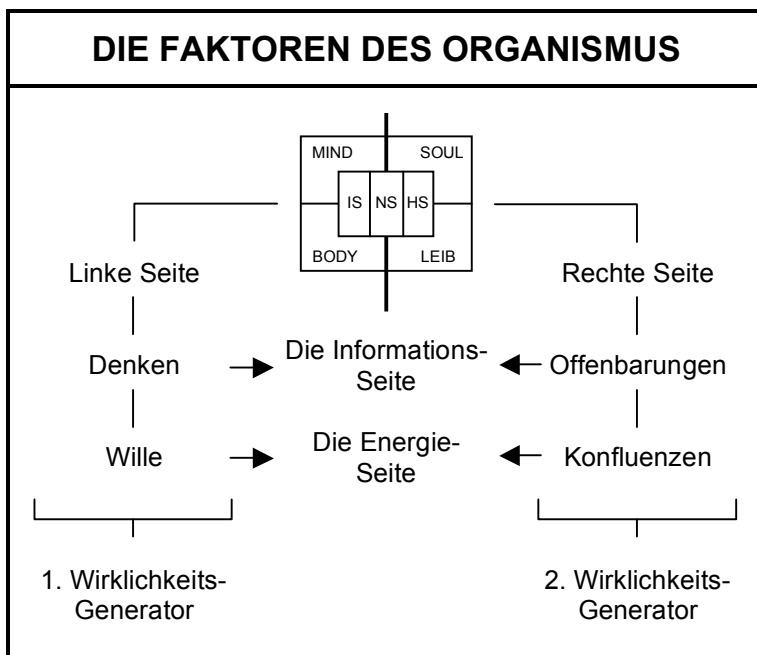
1. Es gibt eine verborgene Instanz in unserem Bewusstsein, die um die Präsenz einer freien, schöpferischen Zeit weiß. Diese Instanz soll als "Überbewusstsein" bezeichnet werden.
2. Diese Zeit will mit dem menschlichen Geist kooperieren. (Sie tut es schon ab und zu in Form von Offenbarungen und genialen Ideen.) Das heißt: In einem indirekten Prozess bekommen wir schon jetzt die Hilfen dieser Zeit.
3. Um zu einer kontinuierlichen und bewussten Kooperation zwischen dem menschlichen Geist und der freien, schöpferischen Zeit zu kommen, sind folgende evolutionäre Entwicklungen nötig:
  - a) Das jetzige Mittelbewusstsein sollte mit seinen spezifischen Methoden (Logik, Objektivierung, Ratio) die verborgene Instanz (siehe 1.) erobern und zu einem Instrument für eine direkte (bewusste) und stabile (kontinuierliche) Co-Evolution machen.
  - b) Das jetzige Mittelbewusstsein sollte mit der Hilfe der geistigen Effekte, die von der Co-Evolution erzeugt werden, dafür sorgen, dass sich ein 2. Wirklichkeits-Generator im Gehirn etabliert.
  - c) Für die Innen-Ausstattung dieses 2. Wirklichkeits-Generators werden neuartige Instrumente und Ansätze zu entwickeln sein, wie z.B.
    - neuartige Trans-Mythen, u.a. einen Erlaubnis-Mythos für Erleuchtung bzw. Sphoria (YONG-Mythos).
    - neuartige Mystik-Sets und neuartige Neuro-Rituale für die Erweckung und Qualifizierung von Soul und Leib (rechte Seite des menschlichen Organismus).
4. Wenn sich auf dieser Basis eine kontinuierliche Co-Evolution etabliert, entfalten sich
  - Trans-Personalität
  - Transversalität / Trans-Rationalität
  - Transligion

\*)  
Überbewusstsein – Co-Evolution / Noeterik / Transligion  
Mittelbewusstsein – Logik / Objektivierung / Ratio  
Unterbewusstsein – Mythen / Archetypen / Magie

Der 2. Wirklichkeits-Generator benötigt eine spezielle Mystik der Zeit. Man benötigt die Mystik für Draw a Distinction innerhalb des Zeitpfeils, und man benötigt eine Kundalini-Mystik für alles das, was außerhalb des Zeitpfeils ist. Man braucht also eine Mystik für die Gestaltung des Callings, und man

braucht eine Mystik für eine optimale Stimulation des Answerings. Auf dieser Basis kann der 2. Wirklichkeits-Generator sukzessiv geformt, etabliert und instrumentell gestärkt werden.

Diese beiden Mystiken arbeiten einander zu. Sie sind interaktiv. Die Mystik, die das Calling organisiert, wird zum Partner derjenigen Mystik, die das Answering stimuliert. Und in dem Interplay dieser beiden Mystiken kommt es zu mentalen Erlebnissen (ich neige dazu, sie „persönliche Offenbarungen“ zu nennen) und zu auch wachsenden Konfluenzen. Die persönlichen Offenbarungen repräsentieren die Informations-Seite des Lichts des Lebens. Und die wachsenden Konfluenzen (siehe das Konzept „5 Steps to Heaven“) repräsentieren die Energie-Seite des Lichts des Lebens. Wir erkennen also, dass das Zusammenspiel der zwei unterschiedlichen noeterischen Mystiken zwei wichtige Arten von „Rohstoff“ für die Innen-Ausstattung des 2. Wirklichkeits-Generators produzieren. Damit wird sichtbar, dass Offenbarungen und Konfluenzen auf der rechten Seite des Organismus in etwa das sind, was Denken (Ratio-Logik) und Wille auf der linken Seite sind:



Im 2. Wirklichkeits-Generator hat der Wille nichts zu suchen. Er wird ersetzt durch Konfluenzen (Überschuss-Energie). Und auch das Denken ist hier dysfunktional. Es wird ersetzt durch Offenbarungen, definiert als

**Gewissheiten  
außerhalb des Wissens.**

Benötigt wird ein System, das in der Lage ist, Offenbarungen und Konfluenzen in den 2. Wirklichkeits-Generator hineinzutragen ... hinein in das vorhandene Überbewusstsein (das in der Regel in gar keiner Weise ausgeformt, codiert oder instrumentalisiert ist). Wenn man Offenbarungen und Konfluenzen als Input definiert, braucht man ein Transport-System, das diesen Input in das Überbewusstsein integriert, damit sich dort ein funktionsfähiger 2. Wirklichkeits-Generator ausformen kann. Das System, das diesen Transport und diese Integration leisten kann, wird Somatic Marker genannt. Lassen Sie uns deshalb jetzt alles zusammenfassen, was zu diesem Themen-Komplex gehört:

Beginnen wir mit dem Arbeits-Material, das die Somatic Marker benutzen. Es ist das Licht des Lebens. Und dieses Licht teilt sich auf in eine Energie-Seite



und in eine Informations-Seite. Somatic Marker prozessieren die Energie-Seite und zeitgleich die Informations-Seite. Das führt zu zwei Ergebnissen (Outputs). Die Energie-Seite führt zu Konfluenzen. Und die Informations-Seite führt zu Eingebungen, Ideen und personalen Offenbarungen.

Wenn Konfluenzen und Eingebungen von den Somatic Markern prozessiert werden, und wenn dabei zugleich ein Veredelungs-Prozess stattfindet, kristallisiert sich eine Substanz heraus, die von Carlos Castaneda „das personale Nagual“ genannt worden ist. Somatic Marker sind somit das biologische Instrument

für die Herstellung dieser außerordentlich wichtigen Resonanz-Fläche. Ohne ein personales Nagual kann die freie, schöpferische Zeit des Naguals nicht auf unseren Organismus einwirken. Und dieses Einwirken geschieht durch Resonanz-Prägungen.

Es kommt exakt auf diese Resonanz-Prägung an. Kognitive Prozesse können diese Resonanzen nicht ersetzen. Man kann z.B. das Thema

Evolution und schöpferische Zeit wissenschaftlich angehen und begreifen. Dann weiß man sehr viel über den imaginären Raum der Zeit und über die imaginäre Zeit des Raumes. Man kann das verbinden mit der aktuellen String-Theorie und kann dann das „Fließen“ von Materie innerhalb von Schwingungs-Formationen erkennen, wodurch das Schöpferische der freien Zeit intellektuell begreifbar wird. Man kann, wie es die Quantenphysiker tun, in diese hochkomplexen Erkenntnis-Strukturen zusätzlich das Momentum der Beobachtung einbringen und somit wissenschaftlich analysieren und erkennen, wie der Zeitpfeil gestaltet und genutzt werden kann, um mit einer Wirklichkeit, die außerhalb des Zeitpfeils aktiv ist, in Korrespondenz und in Kooperation zu treten.

Man kann das alles wissenschaftlich relativ exakt erkennen und beschreiben. Aber das alles bewirkt gar nichts. Man hat dann lediglich Wissen. Erkenntnis. Abstrakte Gesetzmäßigkeiten. Aber das verändert das Gehirn, den Organismus und das Leben eines Wissenschaftlers überhaupt nicht. All diese Erkenntnisse machen ihn auch nicht glücklicher. Sie machen ihn auch nicht kreativer. Und sie machen ihn auch nicht gesünder.

Die ungeheuer positive Kraft, die in der Interaktion zwischen unserer personalen Zeit (Zeitpfeil) und der freien, schöpferischen Zeit abrufbar ist ... im Sinne von Co-Evolution ... kann überhaupt nicht auf uns positiv einwirken, wenn das personale Nagual nicht zuvor ausgeformt worden ist. Wissen ist untauglich für Resonanzen. Resonanzen finden nur dann statt, wenn es ein personales Nagual gibt.

Natürlich haben alle Menschen diese verborgene Substanz in ihrem Bewusstsein, die um die Präsenz der schöpferischen und freien Zeit weiß (= Überbewusstsein). Ich glaube auch, dass das eine biologische und genetische Komponente ist. Natürlich haben alle Menschen auch Somatic Marker, die funktionieren, und die geradezu darauf warten, benutzt und auch veredelt zu werden. Das haben die umfangreichen Forschungsergebnisse von Antonio R. Damasio bewiesen. Von der biologischen und organischen Seite ist sozusagen alles da. Es kann losgehen.

Aber wir füttern dieses biologische Instrumentarium falsch. Letztlich ignorieren wir es. Wir füttern es mit wissenschaftlichen Fakten und rationalen Erkenntnissen. Und ... wenn wir eher religiös gestimmt sind ... füttern wir es mit einer kultivierten Affekt-Logik. Wir geben dem biologischen Instrumentarium, das auf seinen Einsatz wartet, letztlich ausschließlich Mind. Und das ist seltsam. Denn dieses Instrumentarium benötigt Soul und Leib,



also die rechte Seite des Organismus. Somit kommen wir an dieser Stelle zu der Schlussfolgerung, dass Somatic Marker in einer ganz prinzipiellen Form gekoppelt sind an die rechte Seite des menschlichen Organismus.



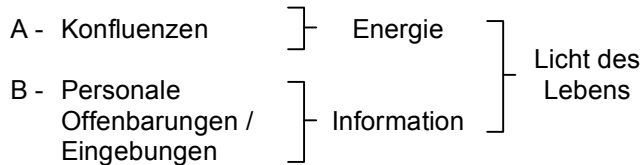
Man kann sie aus dieser Sicht wie folgt definieren, nämlich

**als dasjenige gemeinsame Aktions-Programm, das Soul, Leib und HS (Hormon-System) miteinander verbindet.**

Der folgende Steckbrief beschreibt die Kriterien und Funktionen der Somatic Marker und beschreibt zugleich diejenigen Instrumente, die man aus der noeterischen Sicht einsetzen kann, um die Somatic Marker zu veredeln:

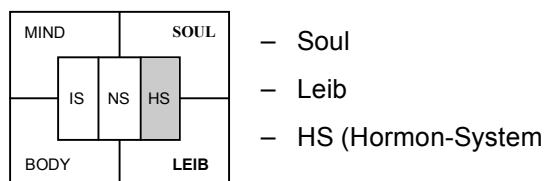
## STECKBRIEF: SOMATIC MARKER

1. Somatic Marker sind Spezialisten für



die auf der rechten Seite des menschlichen Organismus organisiert werden.

2. Somatic Marker sind das gemeinsame Aktions-Programm von



3. Die Funktion der Somatic Marker besteht darin, die Ergebnisse und Erlebnisse von Energie (Konfluenzen) und Information (Eingebungen) – siehe 1 A / 1 B – im Leib zu speichern und für das spätere, gezielte Abrufen zu akkumulieren. Die Somatic Marker sind das biologische Instrument für die Herstellung des "personalen Naguals" (Castaneda).
4. Somatic Marker können veredelt werden. Die Instrumente dafür können sein:
- Festlegung von Lokalisierungen (Speicher-Zentren) z.B. durch Body Positions
  - Verknüpfungen mit Neuro-Ankern z.B. "Moment of Happiness" → Text + Fingerschnipsen → Motorik
  - Kopplung an generelle Mystics / Imaginationen z.B. die Integration von Repräsentanten wie z.B.
    - des Ur-Vertrauens (kleiner Mann / Frau)
    - Hüter des Überbewusstsein (= weißer Albatros)
  - Kopplung an spezielle Mystics der Überschuss-Energie (rechte Seite des Organismus) z.B. Plateau-Set
    - Goldene Kugel \_\_\_\_\_ Materie
    - Schwarze Sonne \_\_\_\_\_ Geist
    - Blauer Stern \_\_\_\_\_ Zeit
  - Formung und Kopplung von Spezialisten der Co-Evolution z.B. Schwarzer Diamant (auf dem Kopf)
  - Formung und Kopplung von Spezialisten der Kanalisierung
    - für Bliss / Space (Wahrnehmungs-Rituale)
    - für Erfolg /Mind-Agenten
    - für Gesundheit / Purpur-Wolke

Die Veredelung der Somatic Marker sollte zwei Dimensionen berücksichtigen, die sich aus der Analyse des Lichts des Lebens ergeben. Da gibt es

die Informations-Seite, die für Eingebungen, Ideen und Problemlösungen zuständig ist. Und da gibt es die Energie-Seite, die für Konfluenzen und Überschuss-Energien zuständig ist.

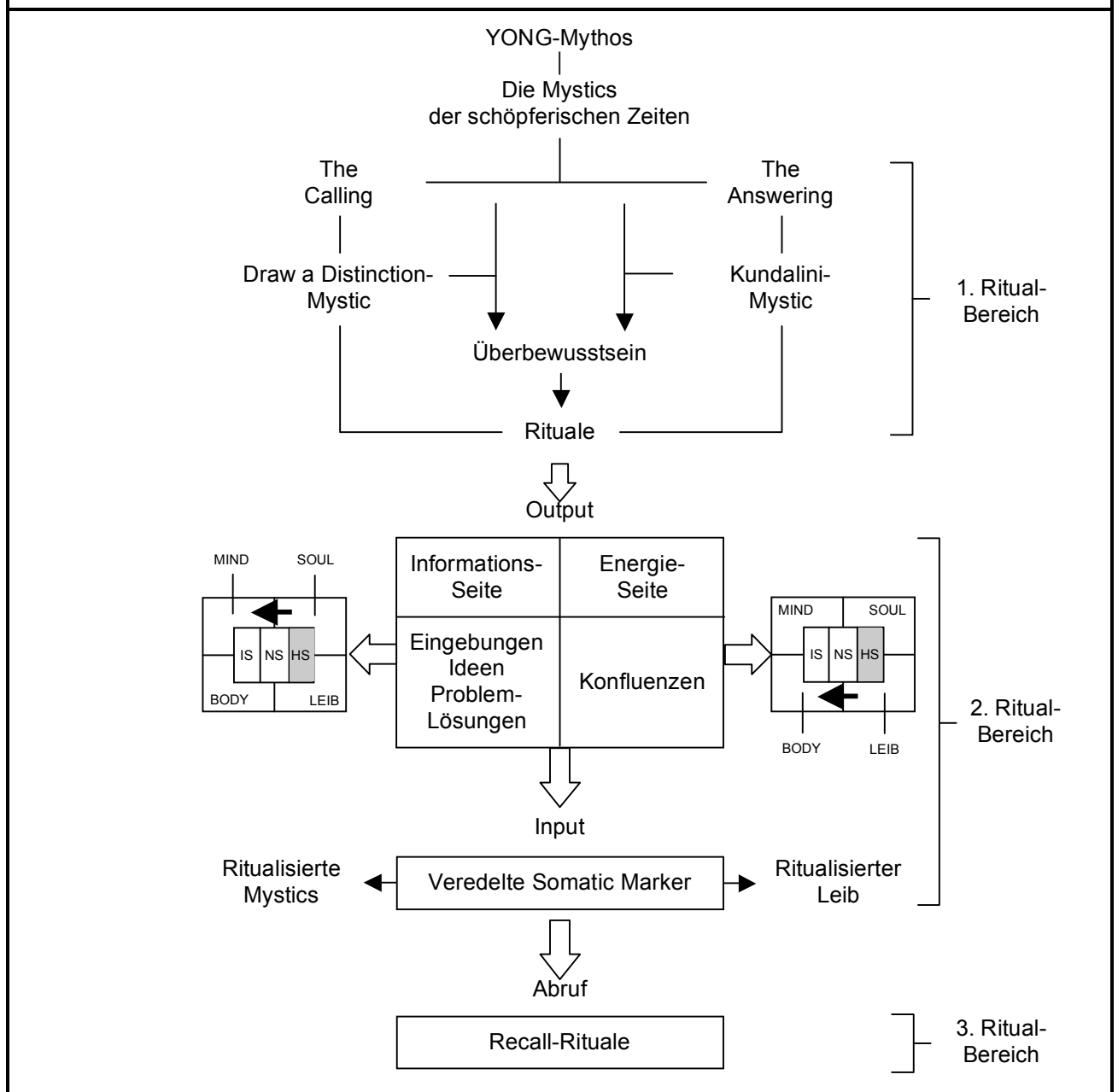


Bei der Veredelung der Informations-Seite ist es wichtig, dass man ritualisierte Mystics benutzt. Und hierbei ist der Schwerpunkt eindeutig in dem Sektor von Soul gegeben, wobei gleichzeitig sichtbar wird, dass es einen starken Beeinflussungs-Impuls von Soul in Richtung Mind gibt.

Bei der Veredelung der Energie-Seite konzentriert man sich auf

Leib-Arbeit oder anders ausgedrückt auf den ritualisierten Leib. Dieses wird häufig verbunden mit speziellen Anker-Systemen und Imaginationen. Wenn die Leib-Arbeit gut gelingt, gibt es, wie die folgende Zeichnung zeigt, einen direkten und auch intensiven Einfluss, der von Leib in Richtung Body geht:

## RITUALE ORGANISIEREN DEN WEG ZUM 2. WIRKLICHKEITS-GENERATOR



Es werden also sehr viele Rituale an unterschiedlichen Stellen eingesetzt. Wenn man genauer hinschaut, haben wir Rituale auf 3 Ebenen: Zuerst einmal die Rituale auf der Ebene derjenigen Mystics, die die schöpferische Zeit repräsentieren. Dort wird der eigentliche Rohstoff produziert, der dann anschließend in den Somatic Markern veredelt wird. Hier findet das Zusammenspiel zwischen Calling und Answering statt. Das Ergebnis dieser Rituale sind dann Eingebungen und Ideen auf der Informations-Seite und Konfluenzen auf der Energie-Seite.

Der zweite Bereich, in dem Rituale wichtig werden, ist dann gegeben, wenn der Output der Informations-Seite und der Energie-Seite umgewandelt wird zu einem Input für die Somatic Marker. Die Aufgabe und die Funktion der Somatic Marker besteht darin, die Ergebnisse und die Erlebnisse der Informations-Seite und der Energie-Seite in sich aufzunehmen (Assimilation) und zu speichern (Codierung). Normalerweise ist der Input, den die Somatic Marker bekommen, ziemlich alltäglich und schwach ("dünn"). Es gibt nur ganz wenig Menschen, die sozusagen einen spezifisch co-evolutionären Input produzieren können.

Natürlich ist die Funktion der Somatic Marker eine autonom-biologische Funktion. Sie sind in unserem Organismus tätig, egal ob wir sie bemerken oder nicht. Und sie tun dort ihre Arbeit, d.h., sie speichern alle Erlebnisse, die in Bezug auf Autopoiese (Überleben) etwas wichtiger sind als der Durchschnitt. In diesem Kontext speichern sie besonders viele negative und frustrierende Erlebnisse. Und die ganz hässlichen Erlebnisse speichern die Somatic Marker ausgesprochen intensiv und prominent. Das kann im extremen Fall zu Phobien und lebenslangen Traumata führen.

Die Funktion der Somatic Marker besteht also darin, ein höheres oder insgeheimtes Wissen aufzubauen über die Gefahren des Lebens.

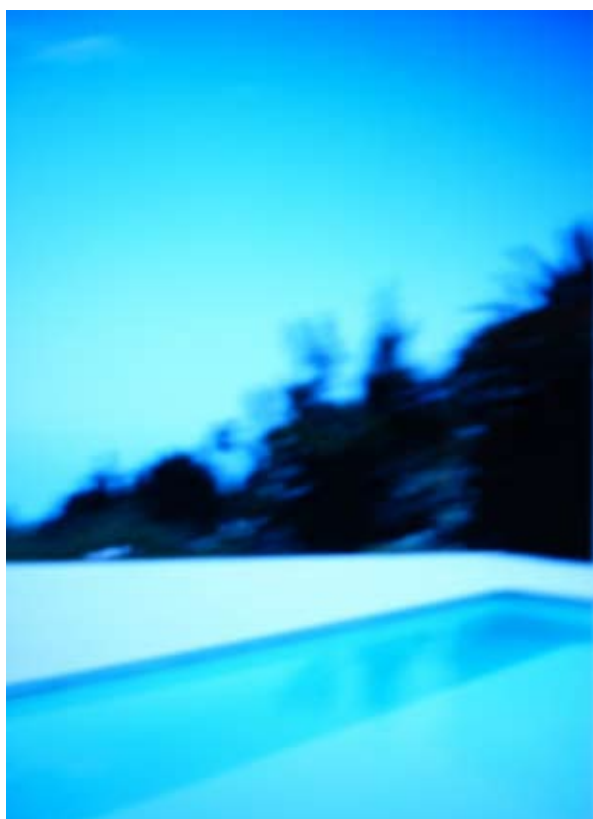
Die Forscher sind sich noch nicht ganz einig, wie das Verhältnis zwischen den Speicherungen des Negativen und den Speicherungen des Positiven funktioniert. Natürlich wird auch das Positive abgespeichert, z.B. ganz besonders schöne Erlebnisse oder euphorische Aspekte. Aber im Moment berichtet die Forschung, dass die schönen Ereignisse weniger intensiv gespeichert werden als die hässlichen und negativen Ereignisse. Es kann also sein, dass alles das, was uns vor Schäden bewahren will (das ist das Überlebens-Programm in unserem Organismus), einen höheren Stellenwert bei den Somatic Marker genießt als alles das, was positiv ist, was also, wenn überhaupt, eine Art Wiederholungs-Zwang in sich trägt.

Auffällig ist in der Tat, wie schnell wir Menschen die außerordentlich schönen Dinge vergessen, und wie schnell auch Gipfel-Erlebnisse verblassen oder scheinbar abstrakt werden, während gefährliche, hässliche Erlebnisse nicht nur schneller wieder abgerufen werden können (Recalling), sondern auch dann, wenn sie wieder in unserem Bewusstsein sind, ausgesprochen intensive Effekte hervorrufen. Und diese Effekte sind nicht nur Erinnerungseffekte, sondern ganz konkret auch hormonelle Effekte, d.h., es werden

durch die Somatic Marker in einer ungeheuren Schnelligkeit Adrenalin und ähnliche negative Stress-Hormone freigesetzt:

### **Das Negative lebt in den Somatic Markern ein langes Leben.**

Auf der Seite des Positiven funktionieren diese Hormon-Ausschüttungen so gut wie gar nicht. Das kann jeder Mensch bei sich selbst testen. Nehmen wir einmal an, man war vor einigen Jahren auf Capri gewesen, die Sonne ging unter, man genoss auf der Terrasse ein besonders lustvolles Essen



oder sonst noch allerhand. Es war also sozusagen das Paradies auf Erden. Alles stimmte. Alles war eingebettet in höchster Harmonie. Der absolute Gipfel. Man schließt nun seine Augen und erinnert sich wieder an diesen wunderschönen Abend auf Capri. Es kommen natürlich Bilder, d.h. das Memo-System funktioniert. Aber es kommen in der Regel keine, oder wenn, dann sehr schwache Positiv-Hormone, wie z.B. Serotonin und  $\beta$ -Endorphine. Das Glückliche und extrem Positive scheint von den Somatic Markern als Normalität codiert und gespeichert zu werden. Es hat deshalb keine hormonelle Relevanz.

Dagegen scheint das Negative und Bedrohliche von den Somatic Markern als „absolute Ausnahme“ codiert zu werden. Deshalb sitzen diese Erlebnisse „tiefer in unserem Organismus“. Und deshalb sind sie hormonell stärker an unsere Handlungen und Erinnerungen gekoppelt. Etwas salopp gesagt:

**Das Positive produziert lediglich positive Erinnerungen.**

**Das Negative produziert echte negative Hormone.**

Die Wissenschaft hat zeigen können, dass es in der Eigen-Dynamik der Somatic Marker unterschiedliche Programme gibt. Es gibt das Programm der Vermeidung (das korreliert mit dem Negativen) und das Programm der Wiederholung (das korreliert mit dem Positiven). Wenn man sich das Programm der Wiederholung anschaut, stellt man fest, dass die innere Architektur hier völlig anders ist als bei dem Programm der Vermeidung. Bei dem Programm des Positiven entsteht ganz früh eine Redundanz, d.h., das gleiche Positive, was man schon relativ häufig hatte, führt zur Ausblendung des Positiven. Die Wiederholungen haben hier den Charakter von Rück-Bestätigung und Rück-Verfestigung, aber sie haben keine sich selbst verstärkende Dynamik. Je mehr es sich ähnelt, umso schwächer wird das, was abgespeichert wird.

Bei dem Programm des Negativen (Vermeidung) gibt es dagegen eine starke Selbst-Verstärkung. Wenn man z.B. sehr häufig in einem bestimmten Zeitraum hässliche Erlebnisse erleben und erdulden muss, die in etwa in dem gleichen Kontext platziert sind, dann kann sich das sehr schnell und automatisch, d.h. ohne dass wir eingreifen können, hochschaukeln zu einer Phobie und zu einer manischen Abwehr-Haltung.

Die Verarbeitung des Negativen will uns mit aller Macht sozusagen „ausbremsen“ ... das Negative soll möglichst nicht noch einmal geschehen. Auf der Seite der Wiederholung ist es anders. Das Positive soll zur Normalität werden. Und es wird deshalb nur dasjenige Positive intensiv neu gespeichert und mit aktiven Hormon-Ausschüttungen begleitet, das zu einer signifikanten Verbesserung des Positiven führen kann.

Also gibt es hier ebenfalls ein anderes Programm. Das ist das Programm des Aufstiegs nach oben ... Transformation. Ich nenne es die „Kaskade nach oben“. Aber die meisten Menschen können dieser „Kaskade nach oben“ keinen Impuls (Input) bieten. Keinen Roh-Stoff.

Man hat einen guten Tag. Man hat seine kleinen Aufs und Abs an diesem Tag. Und die Somatic Marker reagieren so gut wie gar nicht, weil die schönen Dinge dieses Tages in etwa das gleiche Niveau haben wie die vielen tausend anderen schönen Dingen zuvor. Es fehlt der Impuls für die Transformation. Damit aber die Dynamik der Kaskade „Futter bekommt“, muss man einen Trick finden. Und dieser Trick ist von ungeheurer Wichtigkeit.

Wir haben ja erkannt, dass es eine verborgene Instanz in unserem Bewusstsein gibt, die um die Präsenz einer freien und schöpferischen Zeit

weiß. Wir haben gesagt, dass man diese Instanz als Überbewusstsein bezeichnen kann.

Dieses Überbewusstsein trägt in sich die Absicht, uns zur Co-Evolution zu führen. Dieses Überbewusstsein ist uns aber in der Regel nicht bewusst. Wir interagieren nicht bewusst mit ihm. Wir formen es nicht. Wir pflegen es nicht.

Aber jedes Erlebnis, das ein Mensch organisiert oder arrangiert, das dieses Überbewusstsein verstärkt, wird automatisch einen intensiven Somatic Marker-Prozess auf der positiven Seite (Wiederholung und transformatorische Kaskade) auslösen.

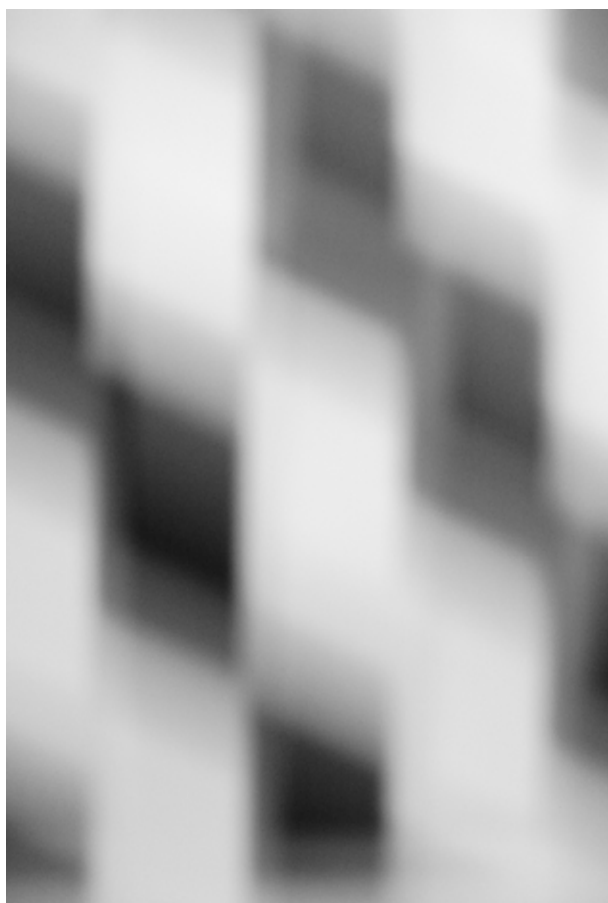
Jede Energie und jede Information, die das Überbewusstsein erlebbar macht und zugleich koppelt an das normale Tages-Bewusstsein, wird eine ungeheure Bevorzugung der Somatic Marker bekommen. Und zusätzlich gilt folgendes: Alle Erlebnisse, die zwischen unserer personalen Zeit (Zeitpfeil) und der freien, schöpferischen Zeit entstehen ... durch was auch immer ... bekommen ebenfalls eine drastische Bevorzugung der Somatic Marker mit ihrer inneren Dynamik nach Wiederholungen, gekoppelt an die transformatorische Kaskade.

Das bedeutet ganz konkret: Man kann einen noch so tollen Urlaub haben. Es bringt auf der Seite der Somatic Marker nur sehr wenig. Man kann das beste Auto der Welt fahren. Man kann in den besten Restaurants der Welt essen. Man kann sich überhaupt alles gönnen, was traumhaft und „Spitze“ ist. Der Redundanz-Effekt wird immer dabei sein. Vielleicht ist das der Grund dafür, dass so viele Leute, die sich alles, aber auch wirklich alles gönnen können, oft nicht nur sehr gelangweilt sind, sondern eine außerordentlich starke Destruktivität aufweisen. Sie leiden an einer für sie unsichtbaren Misere.

Die Somatic Marker sind biologisch konditioniert. Sie haben einen Automatismus, den wir nicht abschalten können. Auf der Seite des Positiven führt das dazu, dass nur alles das zu einer wirksamen Speicher-Qualität wird, was dem Organismus und damit unserem persönlichen Leben hilft, Zugang zu finden zum Überbewusstsein. Und zugleich wird alles das besonders viele und kraftvolle Glücks-Hormone und Euphorie-Botenstoffe hervorrufen, was unser Bewusstsein in die Richtung der Co-Evolution führt.



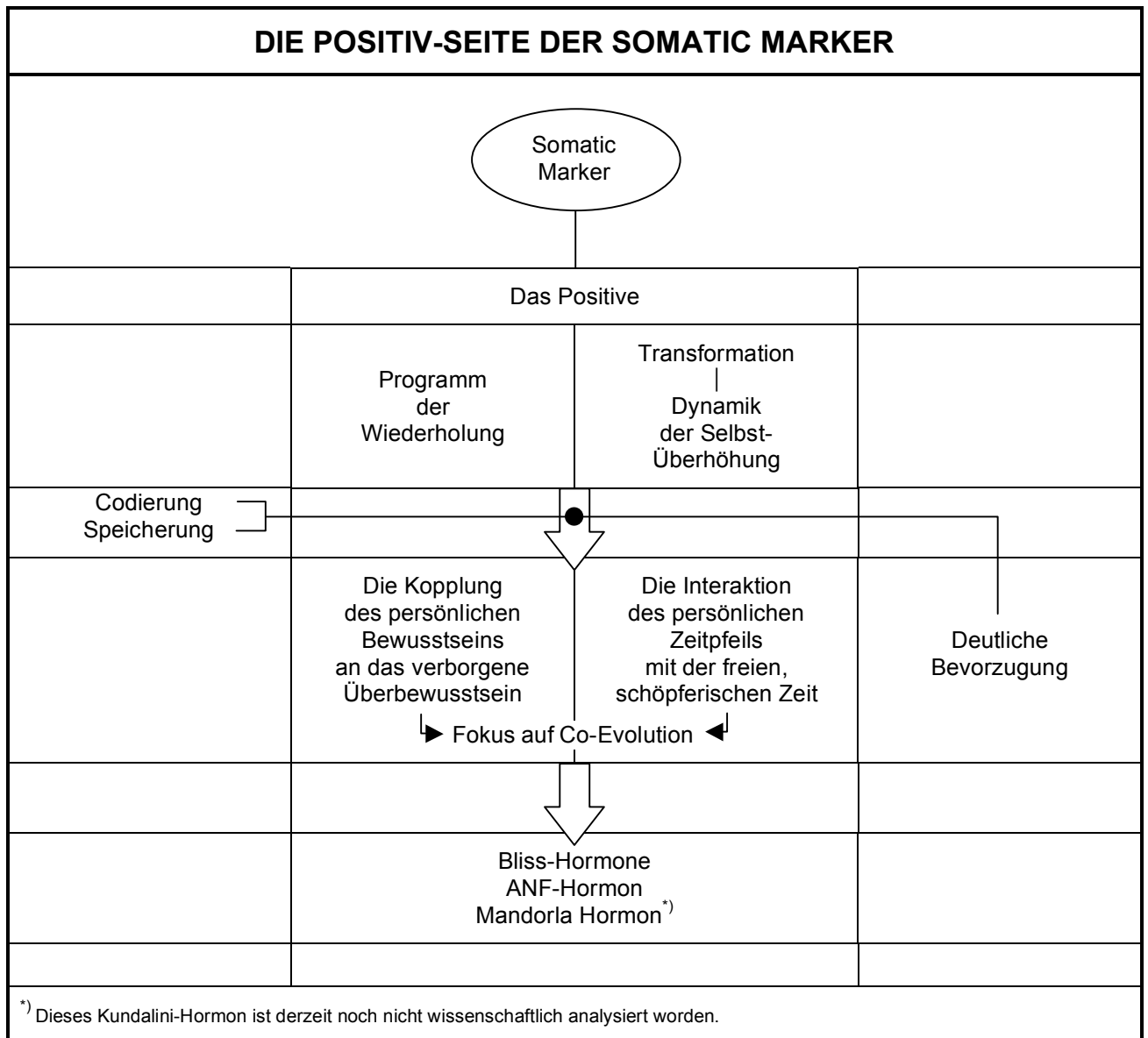
Aus diesem Grunde sind alle Zeit-Rituale und Zeit-Mystiken ausgesprochen intensiv hormonell wirksam. Ich persönlich glaube, dass z.B. die asiatischen Techniken der Meditation, die ja nicht unwirksam sind, hier ihren eigentlichen, verborgenen Mechanismus haben. Wenn man die Welt durch Meditation ausblendet, verwandelt sich der Zeitpfeil subjektiv in ein Nichts. Man hat dann



zwar definitiv keine Co-Evolution vorbereitet, weil das ja bedeuten würde, dass man ganz bewusst seinen Zeitpfeil in die Interaktion mit der freien, schöpferischen Zeit führt, aber man hat immerhin sein persönliches Erlebnis der Zeit verändert. Und schon dieser kleine Effekt einer subjektiven Zeit-Veränderung führt, und das haben viele Studien über Meditierende gezeigt, zu höheren Werten im Sektor der Bliss-Hormone.

Lassen Sie uns zurückgehen zu den 3 Ritual-Bereichen. Wir erkennen hier, dass der Output, der aus dem Zusammenspiel von Calling und Answering produziert worden ist, im System der Somatic Marker zu einem Input wird, und dass die Veredelung dieses Inputs nur dann wirklich positive

Effekte bringen kann, wenn man der inneren Dynamik der Positiv-Seite so weit wie möglich entspricht. Diese innere Dynamik ist auf Wiederholung bei gleichzeitiger Transformation im Sinne einer Selbst-Überhöhung ausgerichtet. Und diese Selbst-Überhöhung wird nur dann aktiv, wenn die Inputs entweder das Überbewusstsein fördern oder auf Co-Evolution ausgerichtet sind. Nur das, was diesen beiden Kriterien entspricht, bekommt eine deutliche Bevorzugung, und nur das führt zu einer prominenten Speicherung. Und nur das organisiert völlig autonom und oft auch die kontinuierliche Ausschüttung von Bliss-Hormonen (z.B. dem ANF-Hormon und dem Mandorla-Hormon). Das folgende Schaubild beschreibt diese Zusammenhänge:



Wir haben jetzt zwei Ritual-Bereiche beschrieben. In dem Bereich der Mystics der Zeiten erzeugen die Rituale den Input für die Somatic Marker. In dem System der Somatic Marker erzeugen die Rituale die Veredelung der Somatic Marker. Es gibt nun noch einen dritten Bereich, der mit Ritualen arbeitet. Das ist der Bereich, den man am besten mit Recall bezeichnen kann.

Dahinter steht die Beobachtung, dass Somatic Marker sprungbereit sind und hellwach zur Disposition stehen. Es handelt sich hier also nicht um eine Dynamik, die zwischen Körper – Leib und Mind – Bewusstsein platziert ist und zuständig ist für eine mehr oder weniger passive Verarbeitung von Erlebnis-Signalen (beim Gedächtnis ist das z.B. der Fall), sondern es handelt sich bei den Somatic Markern um eine Art „Partner des Weges“.

Das heißt, die Somatic Marker beobachten permanent und sehr aktiv unser Verhalten. Sie sitzen sozusagen auf unserer eigenen Schulter und bekommen sehr früh mit, was wir planen und welche Handlungen wir vorbereiten. Dann greifen sie zurück auf das, was wir in unserem Somatic Marker-System bisher gespeichert haben (positiv / negativ). Bevorzugt greifen sie in die Kiste der gespeicherten Schlüssel-Erlebnisse, also in das ureigene Arbeitsfeld der Somatic Marker. Und dort gibt es diese zwei Bereiche, den Bereich der Warnung und der Vermeidung und den Bereich der Wiederholung und der Selbst-Überhöhung. Das alles geschieht blitzschnell und dient der Qualifizierung unseres Verhaltens unter dem Meta-Programm

des Überlebens (Autopoiese). Somatic Marker sind aus dieser Sicht ausgesprochen loyale und hilfreiche Partner unseres Weges, die uns permanent zuflüstern, was wir lieber nicht tun sollten, und was wir vielleicht viel öfter und viel besser tun sollten.



An dieser Stelle gibt es einen sehr interessanten Zyklus. Wenn die Somatic Marker ihre Funktion als „Partner unseres Weges“ erfüllen wollen, müssen sie mit uns kommunizieren. Sehr häufig kommunizieren sie durch blitzschnelle Emotionen. Das ist besonders auf der Negativ-Seite der Somatic Marker der Fall, dort, wo also Warnung und Vermeidung wichtig sind. Man bekommt dann oft im Bruchteil einer Sekunde ein

seltsames Gefühl. Das kann blitzschnell auch körperlich intensiv werden. Es werden dann bestimmte Neuro-Transmitter ausgeschüttet, und die wirken in der Regel sehr stark auf das Nerven-System ein und auf das Hormon-System.

Wer je einmal in einer kriminellen und lebensbedrohlichen Gefahrenlage war, weiß, wie sich das anfühlt, wenn man z.B. völlig unvorbereitet von jemandem bedroht wird. Manche Menschen haben schon erlebt, wie man

bei einer bestimmten Gefahren-Konstellation plötzlich Durchfall bekommt. Das geht oft ganz schnell und ist dann sehr intensiv.

Auf der anderen Seite, d.h. auf der positiven Seite der Wiederholung und der Selbst-Überhöhung, laufen die Dinge nicht so brachial. Dort gibt es subtile Einflüsterungen. Und die kommen meistens über eine Dimension, die man als die innere Stimme bezeichnen kann. Es ist die loyale Stimme. Aber diese innere Stimme gibt es bei jedem Menschen doppelt. Da ist die innere Stimme, die unserer Selbst-Zerstörung folgt (ich nenne sie die illoyale Stimme), und dann gibt es diese zarte, fast unhörbare Stimme, die sich an das Überbewusstsein richtet. Das ist die Stimme, die sich an die Somatic Marker wendet. Sie wendet sich nicht an unser Denken, unser Ich und unseren Willen (= Bermuda-Dreieck). Diese Stimme ist wohlwollend, und sie ist genau das Gegenteil von Selbst-Zerstörung. Wenn man so will, dient sie der Selbst-Erlösung.

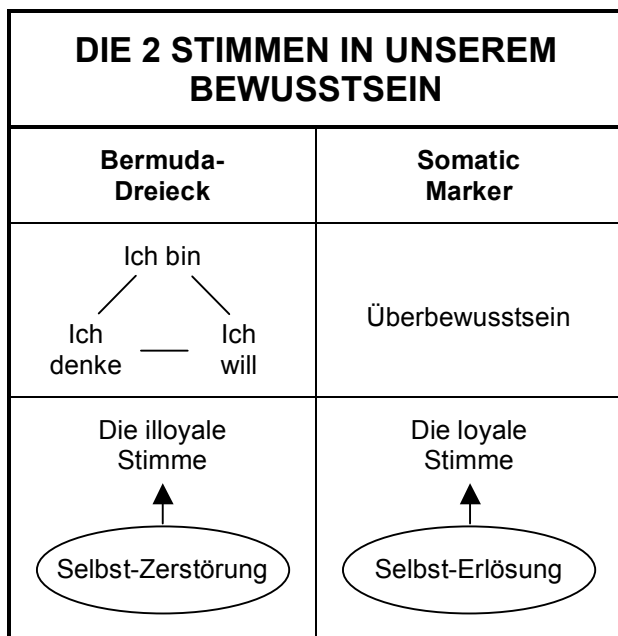
Diese Stimme wird von den meisten Menschen recht brutal mundtot gemacht. Sie wird in der Regel im Alltag untergepflügt. Sie stört, weil sie nicht zum Bermuda-Dreieck passt. Eigentlich ... und das ist nun das Interessante ... suchen die Somatic Marker jemanden, der diese leise, innere Stimme aufnimmt und befolgt. Das kann nur das Überbewusstsein sein. Es ist der Adressat der loyalen Stimme. Nun ist aber das Überbewusstsein bei den allermeisten Menschen überhaupt nicht entwickelt und entfaltet. Es ist sozusagen da, ohne in der aktuellen Denk-Bewusstheit da zu sein.

Das führt dazu, dass die Kooperation zwischen der inneren loyalen Stimme und dem Überbewusstsein zwar einigermaßen gut funktionieren kann, aber was da besprochen wird, das kommt nicht an ... es wird zu keiner Botschaft in der aktuellen Bewusstheit und im Kopf, weil dort das Bermuda-Dreieck dominiert und weil das Überbewusstsein zu schwach ist.

Auf der anderen Seite ist ein Mensch, der im Bereich seiner Somatic Marker positive Veredelungs-Arbeit betreibt, sehr wohl in der Lage, dieses Überbewusstsein immer prägnanter und immer kraftvoller zu machen. Und wenn das Überbewusstsein in diesem Sinne mehr und mehr „bewusst“ geworden ist, können die Somatic Marker von der positiven Seite ganz kraftvoll mit uns sprechen. Dann sprechen sie sozusagen über den Lautsprecher des Überbewusstseins zu uns.

Der Zyklus, der hier also sichtbar wird, ist der, dass das Überbewusstsein die natürliche Bühne für die Somatic Marker ist, und dass auf der anderen

Seite dieses Überbewusstseins nur dann wirklich aufgebaut werden kann, wenn es einem Menschen gelingt, seine Somatic Marker immer mehr in das Positive hineinzuveredeln. Das folgende Schaubild versucht, die Bezugspunkte zu erklären, die sich hinter den zwei Stimmen verbergen:



Wie bereits schon angedeutet, ist die wichtige Entdeckung der Somatic Marker, die vorrangig von Antonio R. Damasio vorangetrieben worden ist, nie so richtig gewürdigt worden. Diese Theorie degeneriert derzeit irgendwo zwischen der Begründung von intuitiven Prozessen und einer nur halbherzig weiterverfolgten Komponente des Leibes. Da aber, wie ich bereits geschrieben habe, der Leib seit langer, langer Zeit nicht mehr im Blickfeld der Wissenschaft steht, sondern nur der Körper und die Relation zwischen Körper und Mind, kann die Wissenschafts-Gemeinde nicht sehr viel mit den Somatic Markern anfangen.

Man hat deshalb nie ernsthaft versucht, Wege zu finden, um sie zu veredeln. Und man hat auch den Zirkel, der zwischen dem Überbewusstsein und der Positiv-Dynamik der Somatic Marker gegeben ist, niemals erwogen oder ernsthaft diskutiert. Es ist also eine unbefriedigende Situation. Trotzdem wollen wir hier versuchen, die zwei wichtigsten Aspekte für diese Positiv-Seite der Somatic Marker zu präzisieren:

## DIE NOETERISCHEN GESETZE FÜR DIE POSITIV-SEITE DER SOMATIC MARKER

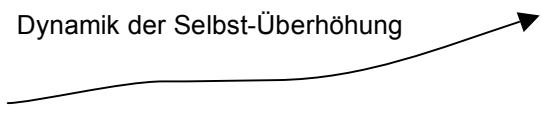
- 1 Peak-Erlebnisse, die nur Tonal sind, erzeugen in ihrer Wiederholung ihre eigene Redundanz (Belanglosigkeit / Langweiligkeit).
- 2 Peak-Erlebnisse, die eine Nagualisierung von Tonal<sup>\*)</sup> in sich tragen, erzeugen in ihrer Wiederholung den Eintritt in die Dynamik ihrer Selbst-Überhöhung (Kaskade nach oben).

<sup>\*)</sup> A = Kopplung von Bewusstsein und Überbewusstsein  
 B = Resonanz-Prägung der personalen Zeit im Zeitpfeil durch die freie, schöpferische Zeit

Somatic Marker tragen zwei unterschiedliche Verläufe in sich. Wenn es um Warnung und Vermeidung geht, haben sie einen spitzen Verlauf. Wenn es um die Positiv-Seite geht, kommt es mehr auf die Inhalte an.



Bei der Negativ-Seite kann man im Prinzip sagen: Alles, was für das Überleben des Organismus problematisch oder gefährlich ist, aktiviert eine intensive Verarbeitung und Speicherung im System der Somatic Marker. Und wenn sich die negativen Ereignisse oder Gefährdungen relativ stark ähneln, kommt es zu einer sprunghaften Selbst-Verstärkung. Bei der Positiv-Seite gibt es eine feinere, oder wenn man so will differenziertere Abhängigkeit zwischen den einzelnen Erlebnissen und der Dynamik der Selbst-Überhöhung. Wie die folgende Tabelle zeigt, gibt es drei Kategorien:

<b>ERLEBNISSE UND DIE DYNAMIK DER SELBST-ÜBERHÖHUNG</b>			
Arten der Erlebnisse	Dynamik der Selbst-Überhöhung 		
	Kategorie 1	Kategorie 2	Kategorie 3
Alles, was man für Geld kaufen kann	Pures Tonal		
Alles, was man von der Natur geschenkt bekommt	Leicht nagualisiertes Tonal		
Alles, was man von der Liebe geschenkt bekommt		Stärker nagualisiertes Tonal	
Alles, was man vom Nagual geschenkt bekommt			Volle Nagualisierung des Tonals

Die Kategorie 1 beschreibt pures Tonal. Die Kategorie 2 beschreibt ein Tonal mit einer leichten nagualen Komponente. Im Prinzip sind diese Erlebnis-Inhalte Zwitter. Sie liegen zwischen der Kategorie 1 und der Kategorie 2. Vollständig in der Kategorie liegen tonale Erlebnisse, die eine starke naguale Komponente in sich tragen. Und die Kategorie 3 ist eine Kategorie, die es im normalen Alltag so gut wie gar nicht gibt. Hier dominiert eine ziemlich vollständige Nagualisierung des Tonals. Das heißt, hier ist das Tonal zwar als Prozess vorhanden, aber alles wird überstrahlt durch das Nagual.

Innerhalb dieser 3 Kategorien ist die Dynamik der Selbst-Überhöhung in der Kategorie 1 so gut wie gar nicht gegeben. Und wenn man betrachtet, was das für Erlebnisse sind, so kann man es sehr präzise formulieren: Alles, was man für Geld kaufen kann, erzeugt keine Selbst-Überhöhung. Hier gibt es keine Kaskade nach oben.

Zwischen der Kategorie 1 und der Kategorie 2 ist alles das platziert,

was man von der Natur geschenkt bekommt. Das sind die traumhaften Blicke vom Gipfel eines hohen Berges. Das ist ein dicker, runder Mond in einer Sommernacht. Das ist ein Sonnenaufgang irgendwo in der Karibik, oder, oder, oder. Viele Menschen glauben, dass die Natur der eigentliche "Zaubermeister" sei, wenn es um die tiefe positive Beeindruckung des menschlichen Organismus geht. In meinen Workshops weise ich immer wieder darauf hin, dass das nur sehr begrenzt stimmt. Die Natur ist immer wieder ungeheuer beeindruckend, aber die neuronalen und hormonellen Effekte sind gemessen daran, doch sehr schwach. Zwar gibt es eine leichte Tendenz zur Selbst-Überhöhung, aber selbst Menschen, die permanent in einer traumhaften Atmosphäre leben, die z.B. immer einen wunderbaren Blick auf das Meer haben, verbunden mit permanenter Sonne und wunderbar warmem Wasser ... selbst diese Menschen sind nicht in der Lage, ihre Somatic Marker im Sinne einer Kaskade nach oben zu aktivieren und zu verstärken.

In der Kategorie 2 dominieren die Tonal-Ereignisse, die ein relativ starkes naguales Element in sich tragen. Die Erlebnisse, die hier maßgeblich sind, kann man wie folgt umschreiben: Alles, was man von der Liebe geschenkt bekommt. Liebe ist somit weitaus stärker als Natur.

Es gibt dann noch einen Sonder-Bereich, den man umschreiben könnte mit „epochalen Kultur-Erlebnissen“. In der Regel sind solche Kultur-Peaks ähnlich einzuklassifizieren wie alles das, was man von der Natur geschenkt bekommt. Aber es gibt manchmal Augenblicke in einer Theater-Aufführung oder in einem Konzert, die so intensiv und zugleich zentriert sind, dass bei der einen oder anderen Person quasi geistig etwas aufspringt. Und dann hat man in der Tat den gleichen Selbstüberhöhungs-Effekt wie bei denjenigen Prozessen, die die Energie der Liebe ritualisieren.

In der Kategorie 3 ... das heißt dort, wo die Selbst-Überhöhung den absoluten Ton angibt ... dominiert eine Art von Erlebnis, das man folgendermaßen beschreiben kann: Alles, was man vom Nagual geschenkt bekommt.

Alles, was man vom Nagual geschenkt bekommt. Was ist das? Natürlich bekommt man vom Nagual zuerst einmal das tägliche Leben geschenkt.

Das Wunder des Lebens ist eigentlich das größte Geschenk. Es könnte Milliarden Menschen geben, die auf diese Erde kommen. Es könnte auf Basis des Gen-Pools 100 Milliarden, 200, 300 Milliarden Menschen geben,



die hier leben, und trotzdem ist jeder einzelne von uns sozusagen erwählt worden. Es ist schon ein Vorrecht, überhaupt geboren zu sein.



Aber das reicht nicht. Wie ich schon geschrieben habe, ist das Wunder des Lebens für die meisten Menschen überhaupt nicht fühlbar und nicht fassbar. Wir nehmen dieses Wunder so sehr als Selbstverständlichkeit hin (weil es ja tatsächlich in einer ungeheuren intensiven Kontinuität bei uns ist und mit uns zusammen ist), dass wir uns nicht davon distanzieren können, um uns dann in einer Re-Integration als Teil des Wunders erleben und rauschhaft genießen zu können.

Was kann uns das Nagual noch schenken? Im Prinzip nicht mehr als dieses Wunder des Lebens. Das schenkt es uns. In jeder Sekunde, und zwar umsonst, und

in einer ausufernden spendablen Form. Alles andere, was uns das Nagual schenkt, muss sich der Mensch selbst erarbeiten, und zwar überwiegend geistig und zum Teil auch kulturell. Das bedeutet: Die zentrale Quelle für Glückseligkeit (Bliss), Erfolg (z.B. Kreativität) und Gesundheit muss durch mentale Prozesse erschlossen und geöffnet werden. Das, was das Nagual für uns bereithält, muss durch neuronale Prozesse geradezu erobert werden:

**Das tägliche Leben  
ist gratis.**

**Das geglückte Leben  
ist erarbeitete Weisheit.**

Und wie ich im Schaubild „Die noeterischen Gesetze für die Positiv-Seite der Somatic Marker“ beschrieben habe, gibt es in diesem Zusammenhang zwei zentrale Kanäle: Immer dann, wenn das persönliche Bewusstsein

eines Menschen in Kontakt kommt mit dem Überbewusstsein, dann ist automatisch eine umfassende Nagualisierung der Fall. Und dann greifen auch die latent wartenden Automatismen der Selbst-Überhöhung, d.h. dann entfaltet sich die Kaskade nach oben mühelos wie von selbst. Das klingt jetzt vielleicht etwas pathetisch. Aber wenn ein Mensch das zum ersten Mal real erlebt, ist er in der Regel zutiefst erschrocken: Da läuft etwas in seinem Organismus ab, was ganz offensichtlich

- nicht von ihm initiiert worden ist, d.h., es folgt einem unbekanntem Impuls oder Plan, der a-personal ist.
- „nach oben“ will, d.h., jeder einzelne Prozess entzündet nach einer gewissen Laufzeit den nächst besseren Prozess ... die Sensationen werden immer intensiver und zugleich immer zarter.

Die meisten Menschen bekommen beim ersten Mal richtig Angst und steigen schnell aus diesem Geschehen aus. Manche haben den Mut, sich nach einigen Wiederholungen ganz und gar hinzugeben. Das ist dann der sprichwörtliche „Himmel auf Erden“.

Der zweite Kanal ist durch Resonanz-Prägung definiert, und zwar durch eine Resonanz-Prägung, die im Kontext von Zeit geschieht. Immer dann, wenn ein Mensch in seinem Zeitpfeil seine personale Zeit (die ist, wie wir gesagt haben, meistens an Denken und Handlungen gebunden) in Resonanz bringen kann mit der freien, schöpferischen Zeit ... immer dann entfaltet sich die volle Intensität des Naguals und damit auch die Kaskade nach oben.

Was kann man dem entnehmen? Es gibt so viele schöne Dinge, die man kaufen kann und mit denen man sich das Leben bequemer, angenehmer, freudvoller und auch strahlender machen kann. Und es gibt so viele Ereignisse in unserem Leben, die wirklich schön sind, wo man sich, wie der Volksmund so schön sagt, „von Herzen freut“ ... aber neuronal bringt das so gut wie gar nichts. Das bedeutet ganz konkret: Die zentrale Quelle für Bliss, Gesundheit und Erfolg wird hier so gut wie gar nicht berührt. Es gibt keine Selbst-Überhöhung. Es gibt keine Kaskade nach oben. Und es gibt insbesondere auch keine Recall-Effekte, d.h., alle diese schönen Erlebnisse, die wir uns gönnen und die wir uns erkaufen, bleiben pures Tonal. Es ist natürlich ein schönes Tonal. Und es ist oft auch ein besonders schönes Tonal. Aber es bleibt Tonal. Und Tonal startet die Selbst-Überhöhung nicht an:

## **Schönes Tonal bleibt im System der Somatic Marker passiv und stumm.**

So sind die Somatic Marker auf der positiven Seite programmiert, und es wäre unsinnig, das nicht anerkennen zu wollen.

Das Besondere an dem Konzept der Noeterik und an der Methodologie von Mind Design liegt nun darin, dass die Maßnahmen zur Veredelung in der Regel eine Doppel-Funktion haben. Sie veredeln den Input, der in die Somatic Marker hineingetragen wird (so z.B. koppeln sie die positiven Erlebnisse an die Dynamik der Selbst-Überhöhung) und werden selbst ebenfalls zur Ursache für die Erweckung von Peak-Erlebnissen. Es ist so, als ob man einen Tunnel von zwei Seiten bohrt:

**Das, was die Peak-Erlebnisse erweckt,  
organisiert auch ihre Veredelung im System  
der Somatic Marker.**

**Das, was die Veredelung betreibt,  
formt sich selbst immer mehr zum eigenständigen Inhalt  
von Peak-Erlebnissen.**

Natürlich gibt es einige zusätzliche Aspekte innerhalb der Veredelung, die keine Erweckungs-Funktion haben, so z.B. die Festlegung von Lokalisierungen (Speicher-Zentren). Das kann man sehr gut durch Body-Positionen verwirklichen. Es gibt hier ein kleines Set von sehr stringent arbeitenden Positionen.

Ebenfalls ohne Erweckungs-Funktion sind auch die Recall-Aspekte. Wie ich schon kurz angedeutet habe, ist es von großer Wichtigkeit, dass man Rituale so durchführt, dass sie in der Energie der Mystics der Zeiten eine möglichst hohe naguale Ladung aufbauen. Die Mystics allein bringen es nicht. Und auch die Rituale nicht. Erst dann, wenn man die Mystics dem Inhalt angemessen ritualisiert, erst dann strömt das Nagual in den Organismus ein, und zwar sofort in seiner doppelten Ausstattung, d.h. als Überschuss-Energie (Intensität) und als höhere Ordnung (Richtung).

Bei dem hier geschilderten Prozess geht es speziell um die Mystik der Zeiten. Also braucht man Rituale, die die innere Disposition für das Arbeiten mit dem Phänomen Zeit aufweisen. Das bedeutet:

- Die zu findenden Rituale müssen in der Lage sein, den Zeitpfeil subjektiv

so zu verändern, dass ein Höchstmaß an zentriertem Jetzt entsteht („Jubel im Augenblick“).

- Die zu findenden Rituale müssen in der Lage sein, die erlebbare Augenblicklichkeit „nach vorn“ zu öffnen, d.h. in die Richtung des ewigen Werdens. (Wenn das nicht geschieht, gibt es regressive Effekte, die letztlich zum Ausstieg aus dem Zeitfeil führen / siehe Esoterik).
- Die zu findenden Rituale müssen in der Lage sein, eine Resonanz-Fläche aufzubauen, die „an der letzten Grenze des personalen Tonals“ platziert ist (also an der äußersten Spitze des Zeitfeils), und die ein Maximum an Absichtslosigkeit repräsentiert. Das ist

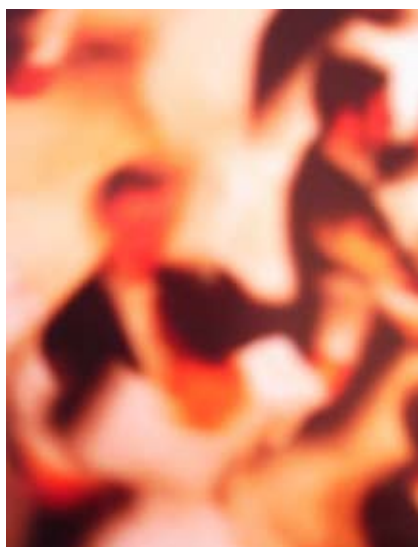
**das Fast-Nichts, das  
das Fast-Alles ist.**

Wenn diese Ritual-Bedingungen erfüllt werden, rufen die ritualisierten Sets der Zeit-Mystik das Nagual in die präparierte Resonanz-Fläche hinein ... und genau dadurch entsteht diejenige Resonanz-Prägung, die so als naguale Ladung wertvoll ist:

**Man erntet eine Energie, die man offensichtlich  
nicht selbst erzeugen kann.**

**Man erntet eine Intelligenz, die offensichtlich  
mehr weiß, als man selbst weiß.**

Es ist dann wichtig, dass man im folgenden Ritual-Bereich die Veredelung der Somatic Marker durchführt, indem man die soeben gewonnene naguale Ladung in die Somatic Marker hineinführt.



(Das geschieht auf der rechten Seite des menschlichen Organismus.) Je besser man die Somatic Marker veredelt, umso leichter wird die Arbeit für die Recall-Rituale. Warum ist das so? Wegen der soeben beschriebenen Doppel-Funktion. Das, was die Somatic Marker besonders intensiv veredeln kann, wird sozusagen zur „Sammel-Box“ für alle ähnlich starken Veredelungs-Impulse (Motto: Die Besten zu den Besten). Sie vereinigen sich und werden von Mal zu Mal mehr ein eigenständiges Peak-Erlebnis, und zwar ein

Peak, der nicht mehr von außen (Tonal) kommt, sondern von innen. Es ist die akkumulierte naguale Essenz ... befreit von den damaligen tonalen Rahmen-Bedingungen und Formen: Nagual pur, und zwar als personales Nagual.

Wenn sich derartige Peaks im System der Somatic Marker platziert haben, wird das Ritual für das Recalling sehr simpel: Man braucht dann nur einen ganz kurzen Impuls-Geber. Einen Sekunden-Impuls. Mehr braucht man nicht, um die gespeicherten und verfügbaren nagualen Potenzen abzurufen. Das System des Recalling soll ein sehr pragmatisches sein und soll sich der Zielsetzung von Sophoria unterordnen. Und Sophoria bedeutet ja die permanente Nagualisierung des täglichen Alltags.

Also wird es darum gehen, eine Art Recall-Ritual zu etablieren, das dafür sorgt, dass möglichst 100 Prozent aller mentalen und sonstigen Verhaltensweisen, die ein Mensch vollzieht, nagualisiert werden können. Das Recall-System hat also die Aufgabe, zusammen mit dem 2. Wirklichkeits-Generator die profane und alltägliche Seite des Lebens permanent zu durchfluten. Es darf kein Recall-Ritual sein, das nur unter besonderen Bedingungen und nur zu besonderen Zeiten funktioniert. (In meinen Workshops sage ich dazu: „Nicht nur zu Weihnachten!“)

Das Recall-Ritual sollte einen direkten Bezug zum 2. Wirklichkeits-Generator aufweisen und zugleich zu den veredelten Somatic Markern mit ihrem Selbstüberhöhungs-Programm (Kaskade nach oben). Wenn man hier genauer hinschaut, sieht man, dass alle Recall-Rituale dann besonders gut funktionieren, wenn der 2. Wirklichkeits-Generator über eine kraftvolle haltende Form verfügt. Wie ich bereits geschrieben habe, ist diese haltende Form dann am stabilsten, wenn es einem Menschen gelingt, die Energie-Seite des Lichts und die Informations-Seite des Lichts so zu ritualisieren, dass auf der Energie-Seite des Lichts die imaginäre Zeit des Raumes in Form einer hellen Ekstase entsteht, und auf der Informations-Seite der imaginäre Raum der Zeit in Form einer Purpur-Wolke.

Je konsequenter ein Mensch Soul und Leib aktiviert und veredelt hat, umso „fester“ wird die haltende Form. Und je „fester“ sie ist, umso müheloser kann der Sekunden-Impuls des Recalling das ganze Arsenal des Naguals abrufen ... umso bereitwilliger fließen die Peak-Erlebnisse in den Organismus hinein, wodurch sich die Kaskade nach oben schnell und kraftvoll entfalten kann.

Man sieht an dieser Stelle deutlich: Man muss eine sehr präzise und disziplinierte Vor-Arbeit im Sinne einer Aufbau-Phase absolvieren. Wenn



das vollzogen ist, geht das meiste von allein und gelingt wie von selbst. Eigentlich ist es ein Programm für Faulenzer. Aber die haben meistens keine Lust für die Vor-Arbeit.

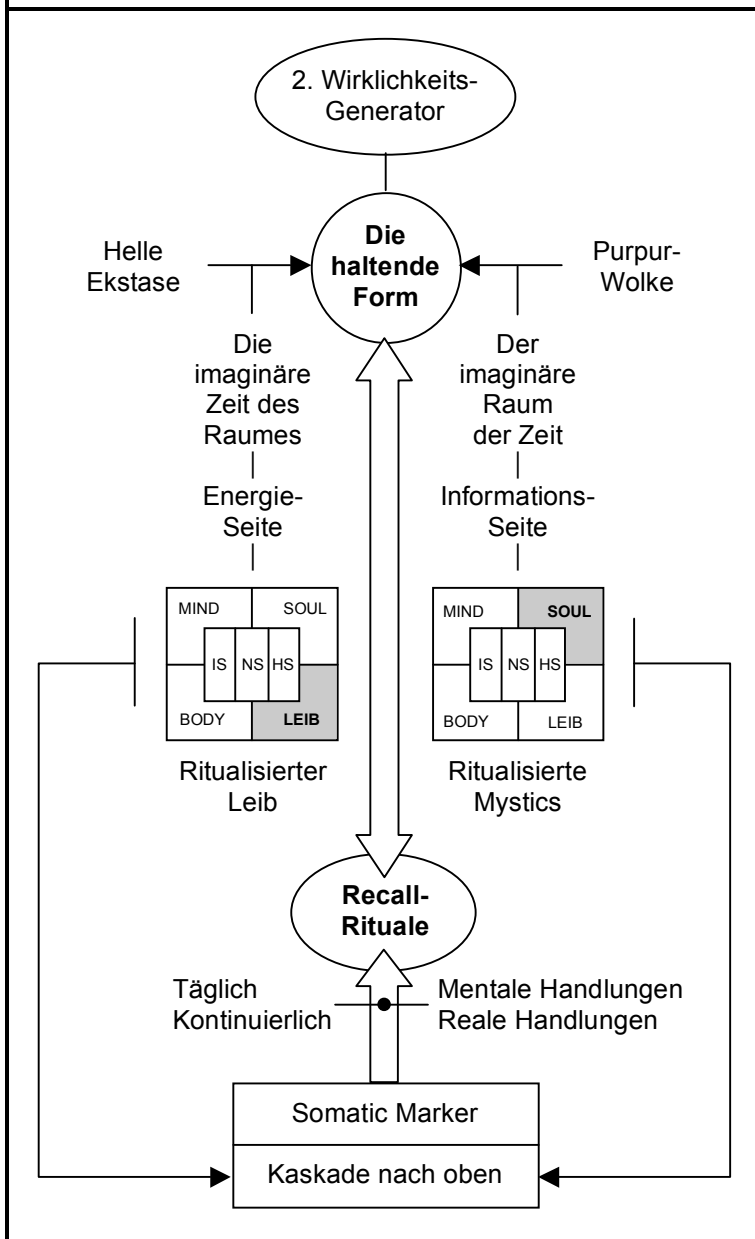
An dieser Stelle eine Anmerkung: Eine helle Ekstase vollzieht sich nach meinen Beobachtungen bei jedem Menschen in etwa gleich. Offensichtlich existiert hierzu eine grundsätzliche biologische Konditionierung, die dafür sorgt, dass die imaginäre Zeit des Raumes sehr standardisiert erlebt wird.

Bei dem imaginären Raum der Zeit ist das anders. Er ist subjektiv sehr deutungs-offen. Hier gibt es keine biologischen Vorbahnungen. Man kann deshalb

für den imaginären Raum unterschiedliche Erlebnis-Elemente finden und mystische Darstellungs-Formen einsetzen. Ich selbst habe mit sehr vielen unterschiedlichen Konzepten gearbeitet. Und dabei hat sich gezeigt, dass die Purpur-Wolke, gekoppelt an das leibliche Erlebnis von „Ich bin das Schweben!“, den besten Beitrag zur Etablierung und Pflege der haltenden Form leisten kann.

Aber wie gesagt, es sind im Prinzip auch deutlich andere Mystic-Ensembles und leibliche Formalisierungen für den imaginären Raum der Zeit möglich. Das folgende Schaubild beschreibt noch einmal die wichtige Interaktion zwischen der haltenden Form und den Recall-Ritualen:

## DIE INTERAKTION DER HALTENDEN FORM UND DER RECALL-RITUALE



Was ist nun ein ideales Recall-Ritual? Es gibt im Konzept von Mind Design mehrere von diesen Ritualen. Aber es gibt eines, das sozusagen als Universal-System funktioniert, und das ist ein Wahrnehmungs-Ritual, das den Namen „Space“ trägt.

Es hat etwas mit dem Auge zu tun, mit dem Sehen und mit dem Schauen. Ich habe über Space bereits an dieser Stelle berichtet. Maßgeblich ist die Tatsache, dass die subjektive Konstruktion von Wirklichkeiten, also alles das, was der 1. Wirklichkeits-Generator vollzieht, überwiegend an das

Sehen gekoppelt ist.

Natürlich gibt es auch andere Kanäle, wie z.B. Riechen oder der Tastsinn oder das Hören. Und es gibt natürlich auch so ganz zarte Dinge wie Empfindungen und Ahnungen. Aber das große und breite Spektrum an Wirklichkeit, in der wir handeln, ist in den meisten Kulturen an das Sehen gekoppelt. Es liegt nun nahe, dieses Sehen zu verändern, und zwar so, dass es zu einem bequemen und effizienten Recall-Ritual werden kann.

Man kann das Sehen mit bestimmten Imaginationen oder bestimmten Energien koppeln (hier kommen wieder die Somatic Marker mit ihrer sich selbst überhöhenden Dynamik ins Spiel). Und zusätzlich kann man eine physiologische Manipulation des Sehens daran knüpfen. Man kann z.B. „hart“ Sehen, dann ist das Sehen sehr stark auf die Objekte ausgerichtet, die sich meinem Auge anbieten. Ich nenne das in meinen Workshops den „nagelnden Blick“. Man kann sich aber auch dahingehend stimulieren, dass man sagt, ich möchte eigentlich nur die Energien sehen, die in allen Dingen und Objekten dieser Welt verborgen sind. Dann wird der Blick automatisch zu einem weichen Schauen.

Die Intensität der Objektivierung lässt nach. Das Blick-Feld wird meistens sehr viel breiter (Cinemascope-Effekt). Und es verändert sich anschließend, und das ist immer wieder frappierend, die hormonelle Situation im Organismus, d.h., es kommt zu einer beeindruckenden Ausschüttung von Bliss-Hormonen. Und das geschieht von sich aus. Automatisch.

Wenn man das ein wenig einübt, bekommt man ein doppeltes Sehen. In der Theorie der toltekischen Schamanen (Carlos Castaneda) hat man in diesem Zusammenhang ganz bewusst vom „Schielen“ des Geistes gesprochen. Besonders der Lehrer von Castaneda, Don Juan, hat ausgesprochen umfassendes Wissen über diese Zusammenhänge gehabt. Allerdings vollzogen die toltekischen Schamanen, deren Blütezeit zwischen dem 10. und 12. Jahrhundert platziert werden kann, dieses Schielen, um Kontakt zu halten mit der magischen Welt. Das ist die Dimension der Prä-Wirklichkeit. Sie haben sozusagen rückwärts geschielt.

Wenn man Recall-Rituale im Konzept der Co-Evolution organisieren will, dann geht es ausdrücklich nicht um diese Prä-Wirklichkeit, sondern ganz im Gegenteil: Es geht um die Trans-Wirklichkeit. Man verändert dann ebenfalls sein Sehen. Technisch ist es so ziemlich das Gleiche, was die alten toltekischen Schamanen schon gemacht haben. Aber dadurch, dass



man einen anderen, nämlich 2. Wirklichkeits-Generator aufgebaut hat, mit einer spezifischen haltenden Form, und dadurch, dass man die Somatic Marker auf Transligion ausgerichtet hat und nicht auf Religio (was bedeutet, dass man eine sehr potente Zeit-Mystik ritualisiert hat!), kommt es zu einem sehr entscheidenden Effekt:

**Der 2. Wirklichkeits-Generator  
wird zum Regisseur  
für den 1. Wirklichkeits-Generator.**

Da nun das Sehen in der Regel permanent stattfindet, ist es wichtig, dass man das Sehen zum Recall-Ritual macht. Deshalb Space. Und wenn sich Space automatisiert, ist das Recall-Ritual täglich und kontinuierlich im Einsatz, und dann werden die Somatic Marker und die Inhalte des 2. Wirklichkeits-Generators permanent eingeschleust in alle mentalen Handlungen und auch in alle realen Handlungen des Tages. So geschieht die Nagualisierung des Tonals.

Was sich hier als Frage stellt, ist folgendes: Was muss man tun, damit sich das kontinuierliche Sehen, das der rote Faden des täglichen aktiven Lebens ist, mehr und mehr verschiebt vom nagelnden objekt-orientierten Sehen zu einem weichen Schauen im Kontext von Space? In meinen Seminaren zum Thema Mind Design sage ich in diesem Zusammenhang des Öfteren:

**60 bis 80 Prozent des Tages sollte man  
im Space handeln.**

Das gilt im Konzept von 5 Steps to Heaven bis zur Stufe 4. Für diejenigen, die die Stufe 5 betreten und mental für sich erschließen, gilt das nicht mehr. Wenn die Kundalini-Energie in den 2. Wirklichkeits-Generator einfließt, und wenn diese Energie in dem Somatic Marker-System tonangebend geworden ist, dann kann man gar nicht verhindern, dass Space permanent da ist. Also 100% des Tages. Das heißt, das Erschauen der Welt geschieht automatisch und in jeder Sekunde in der weichen Energie von Space.

Man kann dieses Recall-Ritual verknüpfen mit speziellen Neuro-Ankern, wie ich sie auf Seite 5 beschrieben habe, z.B. mit einer Sentenz wie „Moment of Happiness“, die in der Regel kombiniert wird mit einem Finger-Schnipsen, also mit einem motorischen Anker. Man braucht aber diese Neuro-Anker in der Regel nur für die ersten drei Stufen der Konzeption 5 Steps to Heaven. Spätestens ab der 4. Stufe braucht das Auge derartige Unterstützungen nicht mehr.

Es ist sehr wichtig, dass das zentrale Recall-Ritual am Sehen festgemacht wird. Warum? Wie bereits gesagt, ist das Sehen die zentrale Achse für alle Konstruktionen von Wirklichkeit, die wir als Mensch vollziehen. Das ist der eine Aspekt. Es gibt aber noch einen zweiten Aspekt. Das Auge ist nicht nur ein Wahrnehmungs-Organ, sondern es ist ein Adaptions-Kanal für Photonen, d.h. für die Elementar-Teilchen des Lichts. Das Lebens-Licht der Sonne wird zu einem Großteil durch unsere Augen adaptiert. Zusätzlich natürlich auch durch die Nahrung in Form von Biophotonen und auch über die Haut. Aber das Auge trinkt besonders intensiv die Lebens-Energie. Insofern gibt es eine natürliche Disposition des Auges und des Sehens in Richtung Energie des Werdens und „Licht des Lebens“. Das Auge kann beschrieben werden als ein Energie-Organ. So wie man inzwischen weiß, dass die menschliche Haut auch ein Entgiftungs-Organ ist und auch ein Sub-Organ des Immun-Systems.

Kommen wir zum Hören. Das Hören ist sicher ein ganz wesentlicher Kanal, der unsere Innen-Welt mit der Außen-Welt verbindet und über den wir unseren 1. Wirklichkeits-Generator permanent füttern. Aber das Hören ist nur sehr begrenzt geeignet, Energien zu ernten. Natürlich kann man bestimmte Frequenzen (und das sind auch Energien) über das akustische System assimilieren. Genauso kann man auch über den Tast-Sinn bestimmte Energien in seinen Organismus hineinleiten. Aber die Augen sind, was die Energien betrifft, besonders starke Adaptions-Organen. Und aus diesem Grund ist es nahe liegend, sie als Space in Verbindung mit dem Recalling zu bringen.

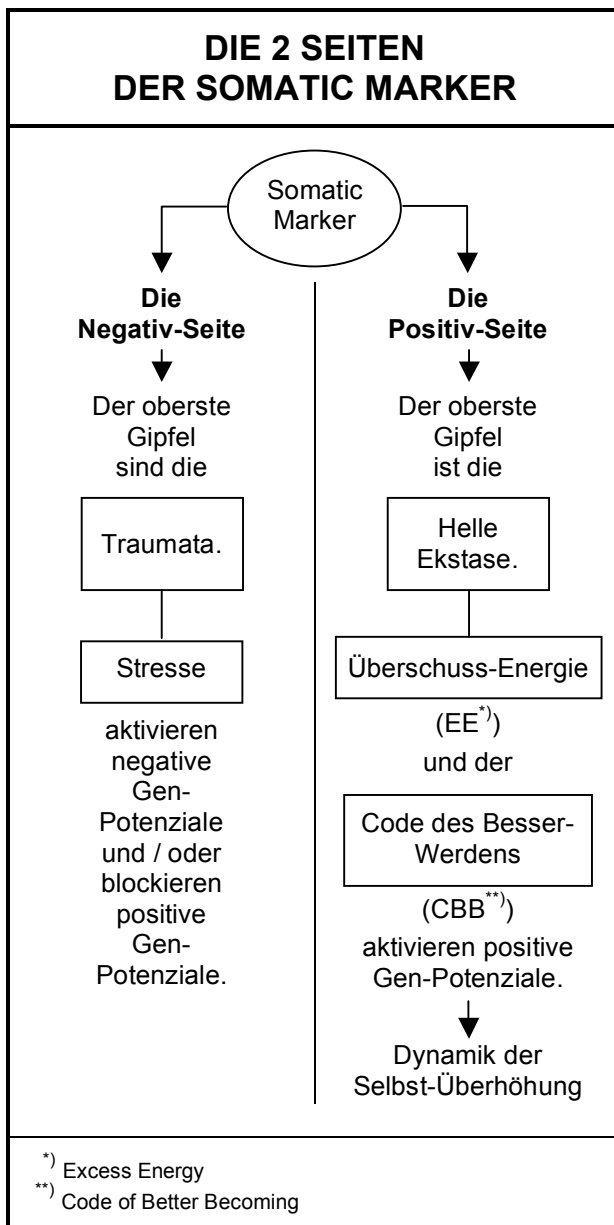
Der Volksmund sagt, dass die Augen die Seele des Menschen widerspiegeln. Und in der Tat gibt es sehr viele Untersuchungen, die zeigen, wie intensiv sich das Auge verändert durch ganz bestimmte hormonelle Prozesse. Augen können strahlen. Augen können stumpf werden. Augen können aggressive Vibrationen aussenden. Augen können die Spiegel-Neuronen, die im Gehirn anderer Menschen platziert sind und dort aktiv sind, besänftigen und bis hin zu einer spontanen Liebe stimulieren. (Dann sagen die Menschen: „Die Liebe traf mich wie ein Blitz!“) Das alles kann sehr stark durch die Augen mitgestaltet werden. Und insofern fällt es den meisten Menschen relativ leicht, die Energie-Dispositionen, die ohnehin in den Augen angelegt ist, nutzbar zu machen für Recall-Rituale im täglichen Alltag.

Aber wie gesagt, selbst das beste Recall-Ritual bewirkt nicht viel, wenn die Veredelung der Somatic Marker zuvor nicht effizient vollzogen worden ist. Und in diesem Zusammenhang ist es wichtig, daran zu denken, dass die

Prozesse der Selbst-Überhöhung in direkter Form in den Somatic Markern aktiv sind. Somatic Marker sind deshalb die Schlüssel-Faktoren für alle Prozesse, die auf eine Nagualisierung des Tonals ausgerichtet sind. Bisher haben wir die Funktionen der Somatic Marker hauptsächlich unter dem Rubrum „Partner des Weges“ beschrieben. Das ist in der Tat eine wichtige Seite. Aber es gibt noch eine ergänzende, zweite Seite:

### Die Seite der Bio-Chemie.

Die beiden Seiten bedingen und helfen sich wechselseitig. Beide gehören zur Positiv-Dynamik der Somatic Marker, d.h. zu dem Programm der Wiederholung. Bevor wir versuchen, die Effekte der Bio-Chemie zu beschreiben, lassen Sie uns noch einmal die 2 Seiten der Somatic Marker ansehen:



Bei der Negativ-Seite schaukeln sich destruktive Erlebnisse im Kontext der Selbst-Verstärkung hoch bis zum Trauma. Das Schlechte verstärkt das

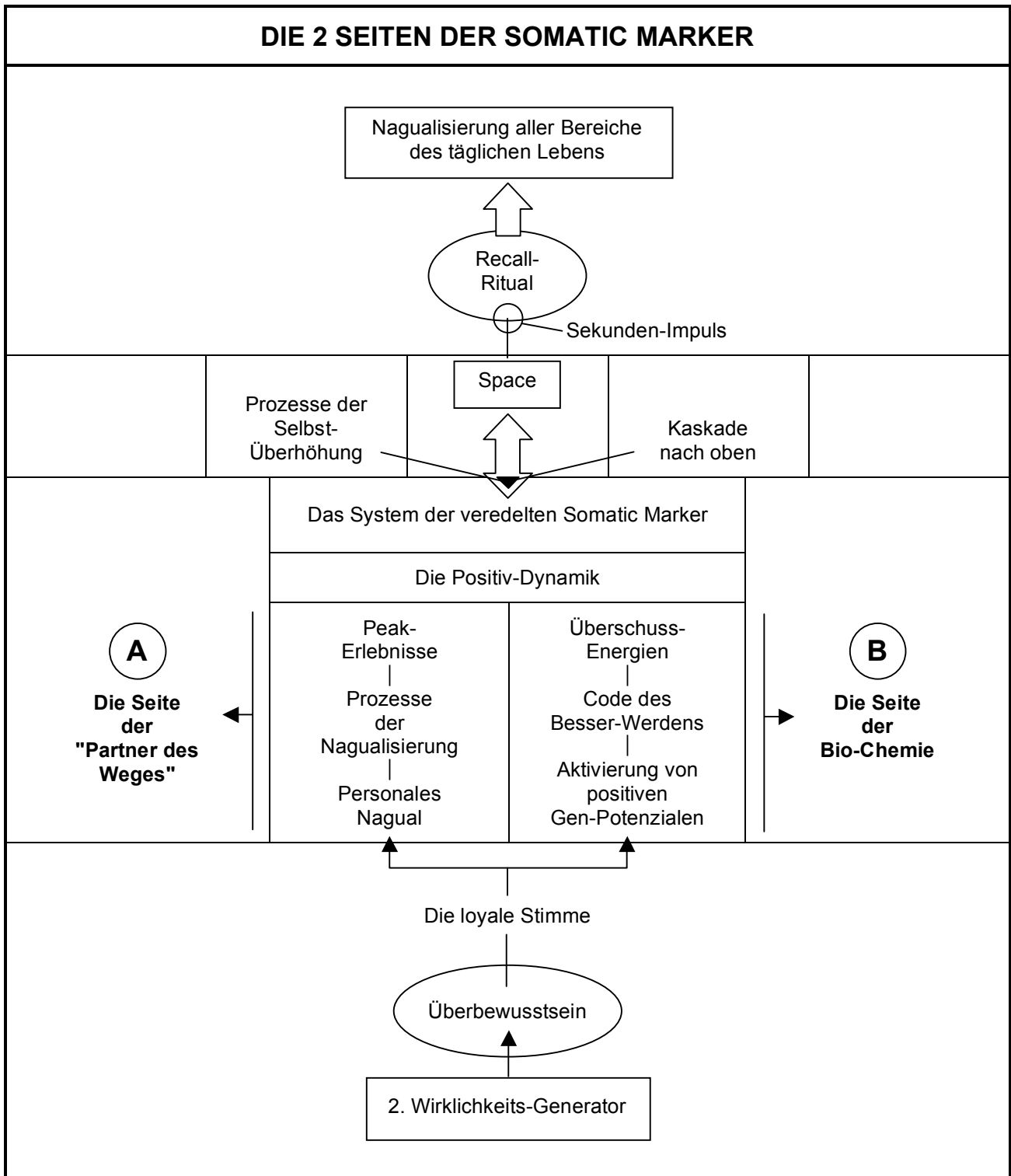


Schlechte. (Bei dem Thema Angst-Attacken ist das sehr prägnant beobachtbar.) Der oberste Gipfel sind dann echte Traumata. Dadurch entstehen Stresse, die wiederum sehr negative Hormon-Ausschüttungen provozieren (so z.B. Cortisol und Adrenalin). Diese Stresse aktivieren zusammen mit den negativen Hormonen und den dazugehörigen Neuro-Transmittern negative Gen-Potenziale und / oder blockieren positive Gen-Potenziale.

Das Besondere bei den Somatic Markern ist nun die Tatsache, dass auf der Negativ-Seite die Selbst-Verstärkung schon relativ früh beginnt. Diese Seite ist sehr sensibel. Man braucht also nicht unbedingt die „ganz dicken Klopse“

zu erleben, sondern es reicht schon eine relativ kontinuierliche Kette von mittelschweren Stressen aus, und die Negativ-Seite ruft negative Gen-Potenziale ab.

Natürlich gibt es ähnliche Effekte auch auf der Positiv-Seite. Aber die Sensibilität ist hier anders. Es dominieren die Prozesse der Selbst-Überhöhung. Das bedeutet, dass die normalen „schönen Ereignisse“ so gut wie keine Effekte erzeugen. Nur wenn es einem Menschen gelingt, echte Prozesse der Nagualisierung ganz konkret zu stimulieren, erntet er in seinem Organismus eine positive Bio-Chemie und zugleich auch Überschuss-Energien und den Code des Besser-Werdens. Das folgende Schaubild beschreibt die zwei Seiten der Somatic Marker:



Lassen Sie uns zuerst die Aspekte auf der Negativ-Seite ein wenig näher betrachten, und zwar in Bezug auf die Aktivierung von negativen Gen-Potenzialen.

Ich habe viele Beispiele in den letzten 30 Jahren beobachten können,

die derartige negative Effekte belegen. Ich erinnere mich z.B. an einen sehr erfolgreichen Manager, der in eine andere Abteilung versetzt wurde. Dort herrschte eine andere Innen-Kultur. Das Klima war sehr viel rauer. Und obwohl er fachlich überhaupt keine Probleme hatte, mit den neuen Anforderungen zurechtzukommen, hatte er doch sehr viele mentale und gruppen-dynamische Stresse.

Er bewertete die Personen und die Teams, mit denen er arbeitete, von Monat zu Monat negativer und zynischer. Und vermutlich haben auch die Menschen, mit denen er täglich kooperieren musste, immer häufiger ihm gegenüber negative Signale ausgesandt. Wie auch immer.

Was dann folgte, war ganz typisch für die Negativ-Seite der Somatic Marker. Er bekam immer häufiger kleine Krankheits-Attacken. Dann schlitterte er in eine leichte Depression, die er aber medikamentös noch rechtzeitig in den Griff bekam. Und dann ... wie aus heiterem Himmel ... brach er zusammen. Intensiv-Station. Lange Rekonvaleszenz. Er ist nie wieder in die Firma zurückgekehrt. Und bis heute kann er den Stress, den er früher relativ mühelos bewältigen konnte, nicht aushalten.

Ich habe mit seinem Chef darüber gesprochen, und dieser erklärte mir, dass er offensichtlich so etwas wie eine "Soll-Bruchstelle" in seinem Organismus gehabt habe, so nach dem Motto: Bis hier hin und nicht weiter. Ich glaube nicht, dass es so war, sondern ich glaube, dass die wachsende Selbst-Verstärkung des Negativen im System der Somatic Marker dazu geführt hatte, dass diejenigen Gen-Potenziale blockiert und inaktiv wurden, die man dringend braucht, um das negative Hormon-Bombardement permanent wieder auszugleichen. Dem Mann hat einfach in dieser Phase der Zugang zur Positiv-Seite der Somatic Marker gefehlt, und das wären Serotonin, □-Endorphine, usw. ... also Bliss-Hormone.

Wenn man derartige Fälle, die ich in meinem Coaching des Öfteren analysieren kann, genauer anschaut, stellt man immer das Gleiche fest:

**Die positiven Erlebnisse reichen immer weniger aus, um das normale Wachstum an Negativität zu kompensieren.**

**Die täglichen Stresse sind stärker als die schönen Seiten des Lebens.**

Die Positiv-Seite hat wie gesagt eine andere Charakteristik. Hier dominiert die Dynamik der Selbst-Überhöhung. Und in diesem Kontext ist der höchste Gipfel die helle Ekstase. Aber die normalen guten Dinge des Lebens reichen nicht aus, um diese Überhöhungsdynamik anzustarten. Und wenn es dadurch keine „Kaskade nach oben“ gibt, können die positiven Gen-Potenziale, die im Grunde jeder Mensch zu jedem Zeitpunkt besitzt, überhaupt nicht aktiviert werden.

Nach meinen Beobachtungen ist es so, dass die Positiv-Seite der Somatic Marker, die auf Wiederholung und Überhöhung ausgerichtet ist, mehr verlangt als nur ein Tonal, das subjektiv befriedigend ist. Etwas überspitzt gesagt:

**Die Negativ-Seite ist fokussiert auf das Zerstörerische des Tonals.**

**Die Positiv-Seite ist fokussiert auf die evolutive Kraft des Naguals.**

Wenn das so stimmt, reicht das übliche Spiel der Harmonisierung und der Re-Balancierung nicht mehr aus. Die meisten Menschen glauben: Wenn ich



viel Stress habe, muss ich Relaxing praktizieren. Das ist mit Sicherheit nur begrenzt richtig, weil die uns heute zur Verfügung stehenden Relaxing-Techniken (von Sport bis hin zu Wellness) lediglich die Härte des Tonals abfedern und partiell auch das Tonal verschönern. Aber mehr geschieht nicht. Man moduliert nur das Tonal. Es wird in gar keiner Weise die evolutive Kraft des Naguals aktiviert. Es findet also keine Nagualisierung des Tonals statt.

Also braucht man das Nagual, um die Positiv-Seite so zu stimulieren, dass die Somatic Marker die Selbst-Überhöhung in Gang setzen. Für die Praxis hat das folgende

Konsequenz: Je besser es einem Menschen gelingt, Überschuss-Energie (EE) in seinem Organismus zur Entfaltung zu bringen, umso kraftvoller und „heilsamer“ werden die aktivierenden Gen-Potenziale und umso besser funktionieren die Somatic Marker als positive „Partner des Weges“.

Innerhalb der Selbst-Überhöhung öffnet sich, wenn man die Überschuss-Energie relativ kontinuierlich in den Organismus hineinführt (d.h. nicht nur 1 bis 2-mal im Jahr), der Code des Besser-Werdens. Die Überschuss-Energie wird durch Selbst-Überhöhung immer energetischer und immer kraftvoller. Und im Kontext dieses Wachstums öffnet sich mehr und mehr der Code des Besser-Werdens. Damit werden viele relevante Lebens-Prozesse umgeschaltet auf Besser-Werden. Und dieses Umschalten geschieht durch Gen-Regulation.

Gen-Regulation. Gibt es das überhaupt? Lange Zeit haben Wissenschaftler geglaubt, die Gene seien relativ starre Arbeits-Programme im Kontext der Evolutions-Prozesse. Inzwischen weiß man, dass das so nicht stimmt. Gene sind ausgesprochen reaktiv, und steuern von sich aus ... d.h. eigenaktiv ... sehr spezifische Reaktions-Prozesse. Und das führt dazu, dass man die Gene inzwischen als Komplizen für erwünschte Transformationen und Verbesserungen einsetzt.

Derzeit beschäftigen sich viele Wissenschaftler aus unterschiedlichen Sektoren mit dieser Gen-Regulation. Typisch dafür ist z.B. der Psychiater Florian Holsboer. Er ist einer der Autoren in dem Buch: „Die Zukunft des Alterns“ (München 2007), das von Peter Gruss herausgegeben worden ist. Er arbeitet am Max-Planck-Institut für Psychiatrie und ist mit seinem aktuellsten Trauma-Forschungsprojekt, das sich mit den Folgen des 11. Septembers in New York beschäftigt, auf spannende Zusammenhänge gestoßen. Man analysierte die Interaktions-Prinzipien zwischen den mentalen und psychologischen Prozessen auf der einen Seite und den autonomen Gen-Regulationen auf der anderen Seite. Zusammen mit der Mount Sinai School of Medicine in New York untersucht er, warum bestimmte Menschen, die in der Nähe der Katastrophe waren als die Twin Tower zusammenbrachen, posttraumatische Belastungs-Störungen bekommen, und warum es Menschen gibt, die genauso intensiv beteiligt waren, die aber keine posttraumatischen Störungen bekommen haben.

Die Wissenschaftler arbeiteten u.a. mit DNA-Proben und Biomarkern, und analysierten auf dieser Basis die Veränderungen. Und dabei konnten sie feststellen, dass es Trauma-Opfer gibt, und dass sich diese Trauma-



Dramen oft intensiviert haben. Während das geschieht, kann man eindeutig feststellen, dass die Gen-Regulation signifikante Veränderungen aufweist. In den Worten von Holsboer: „Die Terror-Attacke hat die Zellen dieser Menschen dauerhaft unter Stress gesetzt. So konnten bestimmte Gene plötzlich abgelesen werden, die sonst nicht eingeschaltet worden wären. Und andere Gene wurden inaktiv.“

Das bestätigt, was ich zuvor beschrieben habe, nämlich dass in der Negativ-Seite der Somatic Marker die Stresse über die Selbst-Verstärkung zu einer Verschlimmerung geführt werden, die bestimmte positive Gen-Potenziale lahm legt, und andere negative Potenziale, die bisher geschlafen haben, aktiviert. Und dadurch kommt es zu einer extremen Belastung. Holsboer: „Der Schaden ist so groß, dass er bleibende Veränderungen im psychischen Befinden und Verhalten der Menschen hinterlässt.“ Holsboer erklärt das wie folgt: „Das, was wir gemeinhin Psyche nennen, basiert auf einem Netzwerk von Zellen in unseren Gehirnen, die wiederum letztlich auf Eiweiß-Bausteinen biochemisch geformt werden. Diese Netzwerke verändern sich ununterbrochen. Ihre Chemie ist deshalb immer im Fluss, z.B. durch schöne Erlebnisse wie Verliebtsein und insbesondere durch schreckliche Erfahrungen wie z.B. Flugzeugabsturz, Hungersnöte oder Konflikte im sozialen Umfeld.“ Holsboer sagt deshalb:

### **„Jeder Gedanke verändert die Biochemie unseres Gehirns.“**

Über die Somatic Marker gräbt sich die Negativ-Seite in die Selbst-Verstärkung hinein, erreicht dadurch die Zellkerne, und wenn das geschieht, wird die Gen-Aktivität eines Menschen ebenfalls negativ verändert:

### **Die Selbst-Verstärkung wird zum Beginn einer Zerstörung.**

Das führt zu signifikanten Veränderungen in der Psyche, weil sich die Biochemie des Gehirns kontinuierlich verschlechtert. Aus dieser Sicht bestätigt Holsboer, was ich weiter oben geschrieben habe: Die Art und Weise, wie wir Stress und positive sowie negative Erlebnisse verarbeiten, hinterlässt tiefe biochemische Spuren in den Zellen. Diese Spuren sind nicht passiv, sondern sind Agenten, die Gen-Regulationen steuern.

Ich hatte gehofft, dass Holsboer auch die nahe liegende Frage beantworten würde, was man nun machen kann, damit man mehr positive Erlebnisse

in seinen Organismus und damit auch in die Biochemie seines Gehirns hineinführen kann, und warum die normalen schönen Erlebnisse, die jeder Mensch kennt und genießt, in der Relation zwischen Biochemie und Gen-Regulationen so eigenartig stumpf bleiben. Und sie bleiben ... wie geschildert ... stumpf, weil sich diese schönen Dinge überhaupt nicht in die Dynamik der Selbst-Überhöhung integrieren können. Sie können es nicht, weil sie lediglich „schön gemachtes Tonal“ sind ... weit entfernt von Nagual.

Aber diese Aspekte interessieren Holsboer und sein Team nicht. Er ist Wissenschaftler. Und Wissenschaftler wollen empirische Forschung betreiben. Das bedeutet, dass man klare Input-Output-Regeln zum Zwecke der Definition von klaren Gesetzen benötigt. Und wenn man nun fragt, was ein Positiv-Erlebnis in sich tragen muss, damit es sich in die Dynamik der Überhöhung integrieren kann, landet man schnell in der Zone, die die allermeisten Wissenschaftler strikt ablehnen, nämlich bei Metaphysik, Philosophie und Spiritualität.

Ganz offensichtlich ist es so, dass immer dann, wenn eine spirituelle Komponente in dem „schönen Erlebnis“ integriert ist (also das, was wir hier den nagualen Anteil nennen), der Prozess der Selbst-Überhöhung beginnt:

- **Das schöne Tonal ist nicht in der Lage, das Normale des Tonals zu überhöhen.**
  - **Nur dasjenige Nagual, das in einem Tonal eingebunden ist, hat die Kraft, das Normale des Tonals zu überhöhen.**
- Also ist es nicht „das Schöne“, das man erlebt, das die Selbst-Überhöhung anstartet, sondern das Nagual.**

Das Team von Holsboer will nicht in diese spirituellen Höhen hinein, weil man dort in der Tat so gut wie gar nichts erforschen kann. Letztlich ist es nämlich das Leben und das Werden und, wie wir gesehen haben, die freie, schöpferische Zeit, die dazu führt, dass – wenn sie in positive Erlebnisse eingearbeitet werden kann – die positive Dynamik der Selbst-Verstärkung in Gang kommt.

Man analysiert deshalb viele Etagen tiefer, ausgehend von der These, dass alle Erlebnisse, egal ob positiv oder negativ, biochemische Spuren in den Zellen hinterlassen. So weit, so gut. Und nun sagen sich die Wissenschaftler, dass man überprüfen müsse, welche chemischen Strukturen vorhanden

sind, wenn ein positives Erlebnis eine positive Spur in den Zellen und im Gehirn hinterlassen hat. Dieser Ansatz lenkt die Beobachtung auf eine sehr niedrige chemische Basis. Und dann kann man wieder mit Biomarkern arbeiten, und dann kommt man zu diesen seltsamen Erkenntnissen, die



dann immer wieder in Illustrierten zu lesen sind: Je kalorienärmer sich ein Mensch ernährt oder je gleichmäßiger ein Mensch eine bestimmte Menge Rotwein trinkt, umso weniger werden diejenigen Gene aktiviert, die für den Organismus und insbesondere für das Altern der Zellen nachteilig sind. Das heißt, das ganze Thema rutscht auf die Seite von Anti Aging ... Lifestyle-Medizin.

Und genau hier gibt es ein „ganz heißes Thema“ (Holsboer), nämlich ein Enzym, das man Sirtuine nennt. Die Forscher glauben, dass sie damit eine Art „Jungbrunnen“ entdeckt haben. Sirtuine sind in Resveratrol enthalten, und das ist genau das, was man in Rotwein

oder in Granatäpfeln in einer relativ hohen Menge vorfindet. Also forscht man jetzt, wie man Sirtuine herstellen kann (möglichst in großen Mengen und deshalb synthetisch), damit man später auf der molekularen Ebene der Zellen spezifische, d.h. chemische Anti-Aging-Effekte einschleusen kann. Das bedeutet:

**Man favorisiert eine chemische Lösung, weil sich der theoretische Hintergrund dafür wissenschaftlich „sauber“ bearbeiten und verkaufen lässt.**

**Man favorisiert eine chemische Lösung, weil sich dafür großtechnische Lösungen und synthetische Substanzen entwickeln lassen.**

Eigentlich wäre der Forschungs-Ansatz ganz einfach gewesen. Was

verlangen die Zellen und das Gehirn, um sich über den Code des Besser-Werdens vitaler, jünger und leistungsfähiger zu machen? Dann wäre man auf die Somatic Marker gestoßen. Und man hätte bemerkt, dass in jedem Zellkern die Mitochondrien existieren, und dass diese Mitochondrien die Energie-Fabrik für die Zelle darstellen. Man hätte bemerkt, dass es wichtige und positive Interaktionen gibt zwischen den Somatic Markern, den Mitochondrien und der Biochemie in den Zellen. Aus dieser Sicht sollte man sich fragen, welche Art von Energie ... in meinen Augen wäre das die Überschuss-Energie / EE ... die Mitochondrien dahingehend stimuliert, dass diese von sich aus Vitalität und Jugendlichkeit im Prozess einer biologisch-chemischen Eigen-Optimierung entfalten. Man hätte auf die Intelligenz der internen Selbst-Regulierung gesetzt und nicht auf eine relativ chemische Input-Output-Chemie, die relativ simpel-manipulativ ist.

Auf diesem Wege wäre man auf ein Energie-Konzept gekommen. Und dann wäre man dort gelandet, wo schon Erwin Schrödinger war, als er sein kleines Büchlein schrieb: „Was ist Leben?“ München, 1989. Schrödinger schreibt, dass jedes gelebte Leben Ent-Ordnung produziert, und dass ein solches Leben diesen Prozess nur vollstrecken kann, wenn es zugleich „Ordnung trinkt“. Der Mensch, sein Organismus und seine Zellen sind somit davon abhängig, dass sie permanent Ordnung und Energie zu sich nehmen. Und in diesem Zusammenhang sind die Somatic Marker mit ihrer Dynamik der positiven Selbst-Überhöhung wichtig. Ebenso die Mitochondrien. Wenn man die Mitochondrien-Forschung, wie sie sich derzeit darstellt, genauer analysiert, stellt man fest, dass die Mitochondrien eine spezifische evolutive Energie benötigen und nicht etwa diejenige Energie, die wir als die basale Energie bezeichnen können ... also die Energie, die man durch Kalorien bekommt.

Und dann ist man sehr schnell bei den Biophotonen von Fritz-Albert Popp, denn Biophotonen repräsentieren genau diese höhere Qualität von Energie, in der ... und das ist das Entscheidende! ... die Ordnung, die das Leben so dringend braucht, absolut vorherrscht. Mit anderen Worten:

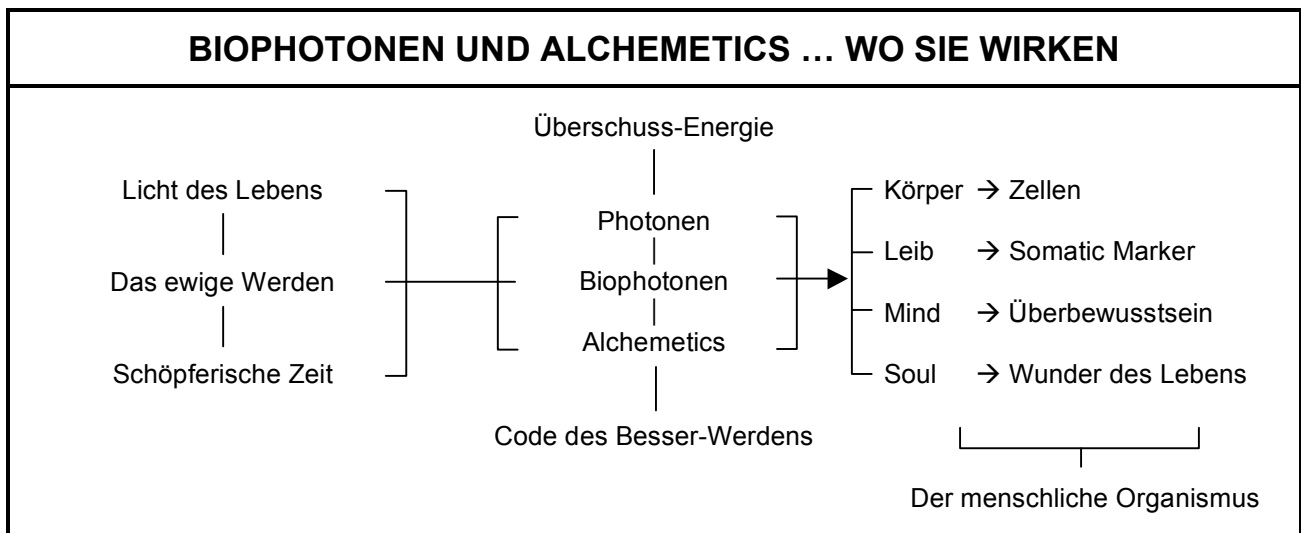
**Biophotonen vermitteln dem Organismus,  
dem Gehirn und den Zellen  
diejenige Ordnungs-Energie, durch die sich  
das Leben im Code des Besser-Werdens  
organisieren kann.**

Photonen und Biophotonen repräsentieren das ewige Werden (= Licht des

Lebens). Insofern könnte es sein, dass sie die Träger der schöpferischen Zeit sind. Wenn das so wäre, würden zum Beispiel Biophotonen und ihre programmierten Versionen ... die Alchemetics ... nicht nur im Zell-System (Mitochondrien) positiv ordnende und heilende Kräfte entfalten, sondern auch in dem System der Somatic Marker. Sie würden entscheidend mithelfen, die Intelligenz des Leibes zu aktivieren.

Zugleich wäre zu erwarten, dass die Alchemetics auch einen positiven Einfluss auf das Überbewusstsein ausüben. Warum? Das Überbewusstsein ist die Repräsentanz der schöpferischen Zeit im Mind. Wenn die Alchemetics diese schöpferische Zeit in sich tragen, können sie dafür sorgen, dass das Interplay zwischen der Denk-Bewusstheit (Mittelbewusstsein) und dem Überbewusstsein verbessert wird. Das hätte zur Folge, dass die Dimension des universalen Lebens ... vertreten durch Soul ... mit dem aktuellen Bewusstsein einer Person in eine positive Beziehung tritt. Das würde allen Impulsen der Mystik eine wertvolle Unterstützung geben, denn Mystik entfaltet sich immer dann, wenn es einem Menschen gelingt, das Wunder des Lebens konkret zu erleben.

Alles in allem erkennen wir hier, dass Biophotonen und Alchemetics in allen Dimensionen des menschlichen Bewusstseins positiv wirksam sind:



Kommen wir zurück zur Überschuss-Energie. Wenn sie sich reduziert, gleitet das Leben aus dem Code des Besser-Werdens heraus. Natürlich findet dann noch Leben statt. Der Mensch isst, er trinkt, d.h., er nimmt Kalorien zu sich, und er verfügt dadurch in souveräner Form über ein großes Quantum von basaler Energie. Aber ihm fehlt das so wertvolle Mehr

an Überschuss-Energie. Er bekommt sie natürlich durch das Sonnenlicht (Photonen), denn das Sonnenlicht wird, wie ich bereits beschrieben habe, u.a. durch die Augen und durch die Haut vermittelt. Er bekommt sie auch durch das Essen (Kalorien), weil in jedem Essen, ja selbst sogar im Leitungswasser, immer eine bestimmte (kleinere) Menge von Biophotonen



enthalten ist. Und er bekommt diese Überschuss-Energie mit hoher Wahrscheinlichkeit nachts während der REM-Phasen (Rapid Eye Movement). Das heißt, jeder Mensch wird kontinuierlich mit der basalen Energie ausgestattet (Kalorien) und zugleich auch mit einem ausreichenden Maß an Überschuss-Energie.

Es scheint nun so zu sein, dass dieses ausreichende Maß an Überschuss-Energie nicht ausreicht, um über die Somatic Marker das Leben dorthin zu führen, dass es sich selbst „über sich selbst“ erhöhen kann. Anders gesagt: Die Kalorien-Energie baut das tragende Fundament aus ... vorrangig fokussiert auf Body. Das

ausreichende Maß an Überschuss-Energie kümmert sich um die feineren Prozesse ... vorrangig fokussiert auf Mind. Diese beiden Energien sind somit in der Lage, die linke Seite des Organismus (Body und Mind) ausreichend vital zu halten. Dadurch kann von jedem Menschen relativ mühelos „der Status quo“ gehalten werden.

Alles, was diesen Status überspringen will, braucht zusätzlich die Dynamik der Selbst-Überhöhung, wie wir sie in den Somatic Markern vorfinden ... fokussiert auf Soul und Leib (= rechte Seite des Organismus).

Die Dynamik der Selbst-Überhöhung reagiert nicht (oder kaum) auf die Impulse der Kalorien-Energie und der normal vorhandenen Überschuss-Energie. Sie verlangt das entscheidende Mehr an Überschuss-Energie. Als Motto:

## **Das Überhöhende wird vom Mehr erzeugt.**

Je feiner und höher man seinen Organismus „tuned“, umso vitaler, kreativer und gesünder wird er. Aber für dieses „Up-Tuning“ braucht man energetische Strategien, die auf der Meta-Ebene des Organismus in systemischer Form (= fokussiert auf die innere Eigen-Dynamik) zum Einsatz kommen ... weit höher platziert als chemische Impuls-Ketten.

Wissenschaftler und auch die Pharma-Industrie denken und arbeiten in der Regel anders. Sie wollen klare Linearität im Sinne von Wenn-dann-Zuordnungen. Das funktioniert aber immer schlechter, je komplexer man vorgeht. Ganz oben auf der Meta-Ebene finden wir das Wunder des Lebens, das den Organismus energetisiert und heilt. Das Leben selbst ist der beste Heiler. Aber das Leben in dieser komplexen Form ist völlig unbrauchbar für lineare Input-Output-Konzepte, weil es empirisch unhandlich ist.

Was ist Leben? Die Frage ist bis heute noch nicht wissenschaftlich geklärt. Es ist immer noch ein Wunder. Ebenso wie Wissenschaftler bis heute noch nicht erklären können, was eigentlich Geist oder Bewusstsein sein könnte.

Also arbeitet man bewusst nicht auf der höchsten Meta-Ebene, sondern man bewegt sich ganz nach unten ... dorthin, wo die Empirie sofort funktioniert. Das ist in der Zone der Chemie. Und da kann man jedes Mal einen seltsamen konzeptionellen Kurzschluss beobachten. Man arbeitet mit einer chemisch orientierten Methodologie im Rahmen der Diagnose, z.B. Biomarker oder DNA-Analytik. Das alles ist eine chemische Diagnostik. Die misst natürlich auch nur die körper-innere Chemie. Und auf dieser Basis kann man genau sagen, welche Chemie bei welchem Prozess überproportional beteiligt ist, welche Chemie einen gewissen verursachenden Charakter hat, oder welche Chemie welchen Prozess blockiert oder zerstört. Diese Art der Diagnose erzeugt die Art der Krankheit oder der Gesundheits-Gefährdung. Das ist das Strickmuster, das wir heute auch überall vorfinden, wenn die Ärzte versuchen, eine Präventiv-Medizin ins Leben zu rufen.

Es kann im eigentlichen Sinne keine Präventiv-Medizin geben. Die Krankheit, die ich noch nicht habe, kann ich nicht schon heute mit Chemie (Pillen, Spritzen, etc.) verhindern wollen. Trotzdem gibt es gerade in der letzten Zeit wieder massive Bemühungen, eine Präventiv-Medizin zu errichten oder durchzusetzen, basierend z.B. überwiegend auf Biomarkern. Und das ist in der Tat auch ein faszinierendes Modell, weil man dadurch

der klassischen Linearität folgen kann. Wenn ein bestimmter chemischer Stoff zu viel da ist, muss man im Organismus die Produktion dieses Stoffes stoppen (Inhibitoren). Wenn ein chemischer Stoff zu wenig da ist, muss man ihn von außen zuführen (Substitution). Wenn Chemie fehlt, muss Chemie als Surrogat zum Einsatz kommen. Wenn zu viel Chemie da ist, muss Chemie das Zuviel runterfahren. Das ist die Strategie ... und sie ist falsch. Warum?

Jedes Leben oszilliert. Und die chemischen Indikatoren oder Marker sind permanent irgendwo zu hoch oder zu niedrig. Wenn man aber die Überschuss-Energie hochfährt und die Somatic Marker veredelt, und wenn es einem gelingt, über die Dynamik der Selbst-Überhöhung das Leben immer besser in den Code des Besser-Werdens zu integrieren, dann sind diese chemischen Oszillationen (mal höher, mal niedriger) absolut ohne



Belang. Sie sagen dann nichts mehr aus, weil man dann ein kraftvolles Leben lebt, trotz der Aufs und Abs in den Oszillationen ... also völlig unabhängig davon, ob bestimmte Werte zu bestimmten Zeitpunkten nicht ganz der statistischen Regel entsprechen.

Das Verführerische liegt genau darin, dass in der Tat bestimmte chemische Überhöhungen oder bestimmte chemische Entartungen spontane Gen-Regulationen stimulieren könnten, die vielleicht negativ sind. In der Regel erzeugen die Oszillationen nicht mehr und nicht weniger als „den Atem und Rhythmus des Lebens“ ... also normale biologische Anpassungs-

Aktionen und -Reaktionen. Nur ab und zu ist ein Wert, der „nicht Norm“ ist, ein echter Impuls-Geber für eine negative, spontane Gen-Modulation. Und nur in solch einem Fall sollte oder dürfte man eingreifen. Aber wie? Die Medizin setzt in solch einem Fall Chemie ein. Aber: Die Überschuss-Energie und der Code des Besser-Werdens leisten exakt das Gleiche, und zwar viel besser, weil systemisch (d.h. innerhalb der Eigen-Dynamik des Körpers), viel direkter (wegen der Meta-Ebene) und ... und das ist



besonders wichtig ... mit einer deutlichen Drift in die positive Seite hinein. Die chemischen Strategien (z.B. Inhibition, Substitution, etc.) haben einen grundsätzlichen Nachteil ... auch dann, wenn sie hilfreich und erfolgreich sind:

**Sie lösen ein akutes Problem auf.  
Aber sie führen den Organismus nicht zur  
Positiv-Seite der Somatic Marker.  
Es ist Hilfe, aber kein Fortschritt.**

Die bisher entwickelten Formen der Präventiv-Medizin sind aufgrund ihres strikten chemisch-linearen Charakters unfähig, den Switch von der Chemie zur Energie zu verstehen. So stellt sich dann den meisten Mediziner ... und ich habe mit vielen darüber gesprochen ... überhaupt nicht die Frage, welcher Impuls-Geber für spontan-positive Gen-Regulationen optimal sein könnte. Manchmal ist es ein chemischer Impuls-Geber. Meiner Meinung nach sehr selten. Aber immer, und zwar absolut immer ist es die helle Ekstase, also das höchste Momentum von Überschuss-Energie mit einem aktivierten und deshalb nutzbaren Code des Besser-Werdens.

Das, was ein extrem negatives Erlebnis negativ im Gehirn, im Organismus und auch in den Zellen anrichten kann, das kann eine noch so gut gemeinte positive chemische Intervention auf der Positiv-Seite nicht erreichen:

**Es gibt keine chemische Intervention,  
die das aktuell gelebte Leben eines Menschen  
hineinführen könnte  
in den Code des Besser-Werdens.**

Es gibt keine chemische Intervention, die den Menschen helfen könnte, Kontakt zu bekommen mit dem Nagual. Es gibt keine chemische Intervention, die Inclusive Fitness aufbauen könnte:

**Die Fähigkeit des Menschen,  
sein Werden immer besser  
werden zu lassen.**