



## Die Alchemie des Herzens - Lieben statt leiden

Für viele Naturvölker ist die Existenz der unsichtbaren Welt genauso wirklich wie die Existenz der sichtbaren, materiellen Welt. So sprechen die australischen Ureinwohner von einer Traumwelt, die nicht nur gleichzeitig mit der physischen Welt existiert, sondern die Basis für die Entstehung all dessen ist, was wir in der materiellen Welt vorfinden.

Die moderne Physik gibt den Naturvölkern recht. Mit den Augen eines Quantenphysikers betrachtet, besteht alle scheinbar feste Materie aus Energie in Bewegung, ob es sich um ein Lebewesen handelt, einen Stein, einen Tisch oder einfach nur Gedanken. Denn alle Materie besteht in ihrer kleinsten Einheit letztlich aus Schwingungen. Sie sind die Grundsubstanz aller Materie - und somit auch unseres Körpers.

Alles, was existiert, Lebewesen, wie auch scheinbar leblose Dinge, sendet Schwingungen in den Raum aus. Wir können diese Energiewellen im Allgemeinen nicht sehen, dennoch existieren sie. Sensitive Personen wie auch viele Naturvölker, können jedoch diese Energiewellen „sehen“ oder spüren – und interpretieren. Da lebendige Zellen eine andere Qualität von Schwingung ausstrahlen als leblose Materie – wie etwa ein Tisch oder eine Statue - sind die Energiefelder von Menschen, Tieren und Pflanzen leichter wahrzunehmen und zu spüren.

Wie der Biophysiker Fritz-Albert Popp nachwies, geben lebende Organismen, also auch der menschliche Körper, eine schwache Lichtstrahlung ab. Dieses Licht ist mit empfindlichen Geräten (Restlichtverstärkern) messbar. Es erzeugt ein elektromagnetisches Licht-Energiefeld, das den gesamten Organismus wie eine unsichtbare grössere Hülle umgibt und auch als „Aura“ bezeichnet wird. Die winzigen Lichtquanten sind Informationsträger und haben die Eigenschaft, mit Lichtgeschwindigkeit aus dem Körper jedes Organismus in das Umfeld auszutreten.

Auf diese Weise senden und empfangen Menschen, Tiere und Pflanzen ganze Felder von Informationen. Wahrscheinlich kommunizieren wir auf diese Weise, bewusst oder unbewusst, mit allen anderen Lebewesen.

Die Ausdehnung des menschlichen Bioenergiefeldes variiert, es kann bis zu mehrere Meter weit reichen und zum Beispiel durch meditative Techniken in seiner Reichweite verändert werden. Über unser Bioenergiefeld stehen wir in ständigem Austausch mit der belebten und unbelebten Umgebung. Hält man sich in der Nähe einer anderen Person auf, so dass man sich innerhalb deren Energiefeld befindet, nimmt man intuitiv einen Teil ihrer Persönlichkeit wahr.

Das erklärt, warum man manchmal eine Person spontan als sympathisch oder auch unsympathisch empfindet. Die gebräuchliche Redewendung, mit jemandem „auf der gleichen Wellenlänge“ zu sein, drückt ebenfalls aus, dass wir auf einer subtilen Ebene die Schwingungen einer anderen Person wahrnehmen.

Wie moderne Untersuchungen zeigen, produziert auch unser Gehirn bei seiner Arbeit – z.B. beim Denken - elektromagnetische Schwingungen, die an der Oberfläche des Kopfes messbar sind und sich von dort in die Umgebung ausbreiten, so wie sich Wellen nach aussen fortpflanzen, wenn man einen Stein in einen ruhigen Teich wirft. Das „Auffangen“ von Gedanken einer anderen Person ist insofern ein ganz normaler Effekt

#### Alchemie im Alltag

Nicht wenige Menschen fühlen sich als Opfer einer „stressigen“ Umgebung und leiden unter den Energien, die etwa von anderen Menschen oder ungünstigen Gesamtsituationen ausgestrahlt werden.



Doch statt diese Schwingungen leidend zu absorbieren und damit auf ein energetisch niedriges Niveau „abzusteigen“, kann man sich in solchen Momenten bewusst entscheiden, sich mit einer höheren (göttlichen) Quelle von Liebe, Weisheit und Kraft zu verbinden und beginnen, diese Energie durch sich selbst fließen zu lassen und nach aussen auszustrahlen. Diese Entscheidung allein reicht, um spürbar etwas zu verändern. Man versetzt auf diese Weise sich selbst, seinen Körper und das Umfeld in eine höhere Schwingung und verbreitet automatisch Harmonie im Umfeld. Das wiederum spüren natürlich auch die Mitmenschen und reagieren entsprechend aufgeschlossener.

Diese Methode funktioniert auch gut, um sich selbst auf ein energetisch höheres Niveau zu bringen, wenn man gerade in disharmonische Gefühle verstrickt ist. Die Voraussetzung dafür ist allerdings, dass man, zumindest für einen Moment, damit aufhört, Widerstand zu leisten und gegen die gegenwärtige Situation anzukämpfen, dass man loslässt und sich stattdessen daran erinnert, dass wir selbst Schöpfer unseres Universums sind und in diesem Moment die Kraft und die Wahl haben, durch unsere Gedanken und Emotionen – die Traumwelt - unsere erlebte Realität zu formen und zu verändern.

Um auf ein anderes emotionales Programm umzuschalten, reicht es manchmal aus, nur das Wort „Liebe“ zu denken. Unser Unterbewusstsein und die intelligenten Zellen unseres Körpers wissen, was damit gemeint ist. Etwas in uns erinnert sich, und in diesem Moment beginnt bereits die Veränderung. Wer möchte, kann sich dabei zusätzlich vorstellen, Liebesschwingungen in Form von Licht durch den eigenen Körper und in die Umgebung oder gezielt zu einer bestimmten (schwierigen) Person zu senden. Allein die Entscheidung, Liebe auszustrahlen, bewirkt häufig, dass die zwischenmenschliche Kommunikation auf eine andere Ebene gehoben wird. Denn in diesem Moment – mit dieser Entscheidung – schalten wir um auf die Ebene des Herzens.



## Die Kraft des Herzens

Die Wissenschaftler des kalifornischen HeartMath Institutes haben das Herz und die Energien, die es erzeugt, über viele Jahre hinweg sehr genau untersucht. Dabei machten sie die unglaubliche Entdeckung, dass das elektromagnetische Feld der Herzens fünftausend Mal mehr Energie abstrahlt als beim Denken entsteht. Das Energiefeld des Herzens ist mit Spezialgeräten messbar und kann einen Durchmesser von mehreren Metern erreichen. Was die Gesundheit betrifft, so hat das Herz einen übergeordneten Einfluss auf den Zustand aller übrigen Organe und Körperfunktionen.

Die Existenz des Herzenergiefeldes ist wohl auch der Grund, warum wir uns in der unmittelbaren Nähe von Menschen, die „im Herzen sind“, so wohl fühlen – wir baden quasi in ihrer Herzenergie und beginnen dadurch selbst auf einer höheren Frequenz zu schwingen – was unser Wohlbefinden spürbar steigert. Dem amerikanischen Autor Drunvalo Melchizedek zufolge ist Liebe, die von einem offenen Herzen ausgestrahlt wird, exakt die Schwingung, auf die Materie reagiert. Fehlende Liebe sei die Ursache aller Krankheiten, denn Liebe würde Materie und damit unsere Körperzellen ordnend beeinflussen – und somit den Weg für Gesundheit und Heilung ebnen.

Drunvalo Melchizedek untersuchte mit seinem Team in den achtziger Jahren das Frequenzspektrum der von verschiedenen geistigen Heilern während ihrer Tätigkeit ausgesandten Energien. Sie fanden heraus, dass alle Heiler in dem Moment, wo sie Heilung spendeten, ihre ganze Aufmerksamkeit auf ein bestimmtes Energiezentrum in ihrem Körper fokussiert hatten – auf das über dem Brustbein gelegene (universelle) Herzchakra. Dieses Energiezentrum ist im aktivierten Zustand offenbar mit der Fähigkeit verknüpft, bedingungslose Liebe auszustrahlen. Eben diese Liebe sei es, die die krankhaft veränderte Materie bei den Patienten wieder ins Gleichgewicht bringt und so Heilung einleitet. Liebe, Mitgefühl und Wertschätzung zählen zu den höchsten „Frequenzen“, in denen ein menschliches Wesen schwingen kann. Sie haben die Kraft, Körper, Geist und Seele zu heilen.



## Universelle Liebe

Neuere Untersuchungen weisen darauf hin, dass menschliche Emotionen sogar in der Lage sind, unsere Erbsubstanz positiv zu beeinflussen. Wissenschaftler, die sich mit der Erforschung der DNA beschäftigen, haben herausgefunden, dass die Schwingung der Emotion „Wertschätzung“ mit einem Wert von 1,689 exakt der Proportion der DNA-Welle entspricht. Wenn man das Gefühl von Wertschätzung lebt, soll das ordnend und aktivierend auf die DNA wirken, die ja als zentrale Schaltstelle den gesamten Aufbau unseres Körpers und die permanente Neubildung der Zellen regelt.

Auch der brasilianische Ausnahmeheiler Joao de Deus, der bereits Tausende Menschen von schwersten Krankheiten heilte – darunter Krebs, Aids, Lähmungen und Blindheit, betont, das Wichtigste im Leben sei die Liebe. Indem man Geist und Herz für die Liebe öffne, beginne die universelle, göttliche Energie ungehindert durch den Menschen zu fließen. Zwar ist jeder Mensch von Natur aus an diese Kraft angebunden, doch können negative Gedanken und Gefühle wie Angst, Zweifel, Schuldgefühle, Hass und Egoismus diesen Energiefluss blockieren und so alle möglichen gesundheitlichen, emotionalen oder spirituellen Probleme hervorrufen. Gelingt es jedoch, uns mit dieser inneren Energiequelle zu verbinden, stehen uns praktisch unendliche Kraftreserven zur Verfügung. Auch deshalb betonen viele Weisheitslehren, dass es wichtig ist, wieder in harmonischen Einklang mit der kosmischen, göttlichen Energie zu gelangen, etwa durch Meditation oder Gebet, aber auch, indem wir unser Herz mehr öffnen und unseren Mitbewesen auf diesem Planeten mitfühlend und achtsam begegnen.

Die Frequenz der Liebe ist die höchste, uns zur Verfügung stehende Energieform und zugleich der grösste Katalysator für die Entfaltung unseres unbegrenzten schöpferischen Potenzials. Wir sind hier, um unseren höchsten Seinszustand zu leben. Die Angst hat dafür gesorgt, dass die Welt in dem Zustand ist, wie sie ist. Liebe hat die Kraft, uns selbst und die Welt zu verwandeln.



Es ist unsere Wahl. Dem thailändischen Tao-Yoga-Meister Mantak Chia zufolge entsteht, wenn man in sich wahre Liebe spürt, für sich selbst und alle anderen, im Körper eine Schwingung von acht Hertz (das entspricht der Eigenresonanzschwingung der Erde, auf die alle Säugetiere und der Mensch „eingestimmt“ sind). Diese „Liebesschwingung“ wirkt nicht nur positiv auf die Gene. Unter dem Einfluss dieser Schwingung produziert die Zirbeldrüse ein spezifisches Hormon, das wiederum die Hormonproduktion weiterer Drüsen anregt – mit entsprechend verjüngender oder sogar lebensverlängernder Wirkung.

Universelle Liebe ist nicht auf einen bestimmten Menschen beschränkt, man kann sie ebenso für eine Blume oder einen Schmetterling empfinden, sie ist bedingungslos und schließt alles Leben mit ein. Indem man sich selbst mehr dafür öffnet, allem Leben mit Liebe und Mitgefühl zu begegnen, ob es sich um einen Vogel, ein Insekt, einen Baum oder den Nachbarn handelt, kommt man dem Wesen der wahren Liebe näher und kann dadurch auch sich selbst mehr Liebe und Mitgefühl entgegenbringen.

Ein wesentlicher Schlüssel, um sich selbst in eine gesündere Schwingung zu bringen, besteht darin, unseren Fokus immer wieder auf die Dinge zu richten, für die wir in unserem Leben – jetzt und bisher – wirklich dankbar sein dürfen, wie etwa Gesundheit, materieller Wohlstand, ein prachtvoller Sonnenuntergang, der Gesang eines Vogels, das Zusammensein mit guten Freunden etc. Wer sich in der Schwingung der Wertschätzung befindet und somit Dankbarkeit, Liebe und Freude ausstrahlt, erzeugt ein magnetisches Feld, das genau solche Situationen, Menschen und Dinge anzieht, die dieser Schwingung entsprechen. Ein perfektes Rezept, um mehr auf die Sonnenseite des Lebens zu gelangen.



In Einheit mit der Erde

Wie sehr alles, was existiert, mit allem anderen verbunden ist, zeigen Forschungen, die im kalifornischen HeartMath Institut durchgeführt wurden. Die Wissenschaftler entdeckten, dass unser Herz in seiner elektromagnetischen Frequenz auf die Frequenz der Erde eingestimmt ist. Sie massen dazu über Elektroden gleichzeitig den elektromagnetischen Puls des menschlichen Herzens (EKG) sowie der Erde (ELF Resonanzen, niedrigfrequente Wellen). Die Übereinstimmung der Kurven von Herz und Erde war umso grösser, je mehr sich die Versuchsperson in Harmonie mit der Erde fühlte. Das Gefühl von Angst dagegen trennte diese harmonische Übereinstimmung. Diese Resonanz funktioniert jedoch auch umgekehrt.

Die Forscher machten nämlich die spannende Entdeckung, dass die Erde ebenso auf Veränderungen des menschlichen Herzens reagiert. Möglicherweise können wir, indem wir über ein Gefühl der Verbundenheit eine Resonanz mit der Erde herstellen, das sensible Gleichgewicht des lebendigen Organismus Erde positiv beeinflussen. Immerhin ist das Herz, so auch die Physiker und Forscher Grazyna Fosar und Franz Bludorf, von allen Organen am stärksten mit dem Geomagnetfeld der Erde verbunden. Wir sind nicht getrennt von der Erde, sondern eins, wie wir auch verbunden sind mit allen anderen Lebewesen.

Zudem machten die Forscher des HeartMath-Instituts die erstaunliche Entdeckung, dass es im Herzen etwa vierzigtausend echte Gehirnzellen gibt. Es existiert also tatsächlich eine Intelligenz, die dem Herzen selbst entstammt. In der Kraft und Weisheit unseres Herzens liegt ein enormes Potenzial. Indem wir auf unser Herz hören und ihm folgen, gelangen wir mehr in Einklang mit unserem höchsten Sein und gewinnen ein erweitertes Verständnis von uns selbst und dem Leben. Wir beginnen, die grösseren Zusammenhänge zu erkennen, unsere innere Führung stärker zu spüren und eine andere Art des Miteinanders zu entwickeln, die es uns ermöglicht, ein Leben voller Vertrauen, Anmut und Mitgefühl zu führen.

(von Dr. Jill A. Möbius)