



Leseprobe

Dr. Ulrich Warnke

Die Öffnung des 3. Auges
Quantenphilosophie unseres
Jenseits-Moduls - Mit
Download zur Zirbeldrüsen-
Aktivierung

Bestellen Sie mit einem Klick für 12,00 €



Seiten: 448

Erscheinungstermin: 19. August 2019

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguinrandomhouse.de

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

Wie wir uns an das Wissen des Universums ankoppeln können

Bereits seit der Antike verehren viele Kulturen und Geheimbünde das dritte Auge als Verbindung zu Weisheit und Erkenntnis. Lokalisiert wird es im Zentrum des Gehirns in der Zirbeldrüse – einem winzig kleinen Organ, das außerordentlich wichtig für unsere körperliche, geistige und spirituelle Gesundheit ist. Es steuert die innere Uhr, reguliert den Schlaf und erhöht unsere Intuition. Wird es aktiviert, erlaubt es uns Zugriff auf verborgenes Wissen unseres Unterbewusstseins.

Dr. Ulrich Warnke erläutert fundiert, wie sich die Zirbeldrüse mithilfe vorbereitender Techniken aktivieren und wie sich der Bewusstseinszustand herbeiführen lässt, der die Öffnung des dritten Auges ermöglicht.



Autor

Dr. Ulrich Warnke

Dr. rer. nat. Ulrich Warnke, Jahrgang 1945, studierte Biologie, Physik, Geografie und Pädagogik. Er arbeitete viele Jahre lang als Universitätsdozent mit Lehraufträgen in Biomedizin, Biophysik, Umweltmedizin, Physiologische Psychologie und Psychosomatik, Präventivbiologie und Bionik. Seit 1969 forscht er auf dem Gebiet »Wirkungen elektromagnetischer Schwingungen und Felder, einschließlich Licht auf Organismen«; seit 1989 leitet er die Arbeitsgruppe Technische Biomedizin. Bis 2010 war Warnke akademischer Oberrat an der Universität des Saarlandes. Er ist Gründungsmitglied

Das Buch

Neueste Forschungen belegen, dass außergewöhnliche Intuition, Nahtod-Erfahrungen oder »Erleuchtungszustände« eine klare biologische Grundlage haben. Dabei werden in der Zirbeldrüse körpereigene Stoffe freigesetzt – genau an jener Körperstelle, die die alten Weisheitstraditionen und Geheimbünde als Drittes Auge bezeichnen. Der renommierte interdisziplinäre Wissenschaftler Dr. Ulrich Warnke zeigt, wie sich die Öffnung des Dritten Auges herbeiführen lässt und wie man bewussten Zugriff auf die dabei entstehenden Informationen erlangt. Er beschreibt alle für den Vorgang notwendigen Aspekte, die in der Praxis von jedem angewendet werden können. Mithilfe der Klangsequenzen wird die Aktivierung der Zirbeldrüse entscheidend gefördert.

Der Autor

Dr. rer. nat. Ulrich Warnke, Jahrgang 1945, studierte Biologie, Physik, Geografie und Pädagogik. Er arbeitete viele Jahre lang als Universitätsdozent mit Lehraufträgen in Biomedizin, Biophysik, Umweltmedizin, Physiologische Psychologie und Psychosomatik, Präventivbiologie und Bionik. Seit 1969 forscht er auf dem Gebiet »Wirkungen elektromagnetischer Schwingungen und Felder, einschließlich Licht auf Organismen«. Bis 2010 war Warnke akademischer Oberrat an der Universität des Saarlandes. Er ist Gründungsmitglied der Gesellschaft für Technische Biologie und Bionik e. V. und ein gefragter Referent und Vortragsredner.

Ulrich Warnke

DIE ÖFFNUNG
DES 3. AUGES

Quantenphilosophie
unseres
Jenseits-Moduls

GOLDMANN

Inhalt

Einleitung	15
------------------	----

1. Teil: Warum wir die Öffnung des Dritten Auges brauchen

Unser Leben – ungenutzt verplant?	20
Was ist Ihr Leben?	20
Mensch der Gewohnheit	21
Funktionskomponenten der »Konstruktion Mensch« – ein Modell	26
Bewusstsein und eine Welt, die wir »Unterbewusst- sein« nennen	35
<i>Konsens oder Konstanz?</i>	36
<i>Ein Speicher angesammelten Wissens</i>	40
<i>Un(ter)bewusstes bewusst machen – der Hypnose-Trance-Zustand</i>	42
<i>Wachbewusstsein – Traumbewusstsein, bewusst – unbewusst</i>	45
Besonderheiten der Wahrnehmung	47
<i>Gefühle, Gedanken und Neurotransmitter</i>	49
<i>Bewusstsein als Eigenschaft von Naturinformation</i>	51
<i>Der vierte Wahrnehmungszustand (Turiya)</i>	53
Vorahnungen sind möglich	56
<i>Vernachlässigte Intuition</i>	57

<i>Wissenschaftliche Entdeckungen setzen auf Intuition</i>	59
<i>Die Suche nach dem Ursprung der Intuition</i> ...	61
Meme und Engel	67
<i>Hilfskomplexe wie Engel als Meme?</i>	71
<i>Wie man Engel »nutzt«</i>	74
Das Dritte Auge in den Traditionen	83
<i>Geheime Wissenserlangung – Sinn des Lebens?</i>	83
<i>Das Auge des Horus</i>	92

2. Teil: Was das Dritte Auge bewirken kann

Funktionen und Wirkmechanismen der Zirbeldrüse und Substanzen zu ihrer Förderung	104
Die Zirbeldrüse anatomisch-funktionell	104
<i>Exkurs: Klotho</i>	109
Die Hormone der Zirbeldrüse	111
<i>Serotonin</i>	112
<i>Melatonin</i>	113
<i>Die Wirkungen des Stress-und-Licht-Schalters</i> ..	119
<i>Beta-Carboline und der MAO-Hemmer Pinolin</i> .	121
<i>Körpereigene Droge der Spiritualität – das DMT als Entheogen</i>	125
<i>DMT-Effekte</i>	130
<i>Rezeptoren schalten unsere Empfindungen und Stimmungen</i>	134
DMT in Pflanzen und Tieren	138
<i>Ayahuasca – der Schamanentrunk</i>	141

<i>Ayahuasca als Heilmittel?</i>	145
<i>Die Gefahren der Einnahme von Ayahuasca</i> ...	146
<i>Pflanzliche Ayahuasca-Analoga</i>	147
<i>Bufotenin und Norbufotenin</i>	148
<i>Die Gefahren der MAO-Hemmer</i>	150
Neurotheologie durch zugeführtes DMT	153
Legale Alternativen?	159
<i>Ibogain</i>	159
<i>Die Kanna-Pflanze in der Tradition der</i> <i>Hottentotten</i>	166
<i>Das Traumkraut</i>	170
Nahrung für die Spiritualität	171
Der Aufbau der Hormone und der Enzyme für die Transzendenz	173
<i>Nahrungsmittel mit Tryptophan</i>	175
<i>Wirkstoffe mit Einfluss auf die zentrale</i> <i>Verfügbarkeit von Tryptophan</i>	177
<i>Stimulierung und Hemmung des Abbaus</i>	179
<i>Die Umwandlung in Serotonin</i>	183
<i>Niedrige Serotoninlevel</i>	184
<i>Die Anregung der Serotoninbildung</i>	185
<i>Ein Ungleichgewicht der Motivationshormone</i> <i>verhindern</i>	188
<i>Die Umwandlung in Melatonin</i>	190
<i>Die Hemmung der Melatoninbildung</i>	191
<i>Melatoninmangel beim Älterwerden</i>	193
<i>Die Anhebung niedriger Melatoninpegel</i>	195
<i>Melatonin in der Nahrung</i>	197
<i>Das unterstützende Vitamin B₆</i>	199
<i>Die Bildung von DMT aus Serotonin</i>	200
Beeinträchtigungen der Zirbeldrüse	203
<i>Verkalkter Corpus pineale</i>	203
<i>Die Ansammlung von Fluor in der</i> <i>Zirbeldrüse</i>	205

<i>Elektrische, magnetische und elektromagnetische Störfelder</i>	210
Mangelnde Motivation und Gegenmaßnahmen	211
<i>Motivationshormone für eine gesteigerte Spiritualität</i>	212
<i>Spezielle natürliche Antidepressiva</i>	217
Der Aufbau der Neurotransmitter für die Tiefenentspannung	220

3. Teil:

Wie sieht die Interwelt aus, und was erwartet uns dort?

Quantenphilosophie des Jenseits-Moduls	226
DMT- und Nahtod-Erfahrung: Indikatoren des Jenseits-Mechanismus	226
<i>Licht, Engel, Musikklänge, Reisen</i>	230
<i>Erklärungsversuche für das Unmögliche</i>	233
Warum Quantenphilosophie?	243
Mystische Quantenphilosophie	249
<i>Die Gestaltung der Realität</i>	250
<i>Geist bewegt Materie</i>	254
Bewusstsein als Feld der Interwelt	256
Das programmierbare Universum	264
<i>Der Spin als elementarer Schaltmechanismus</i> ...	269
<i>Die Schwache Wechselwirkung</i>	270
<i>Zwei völlig unterschiedliche Welten</i>	272

4. Teil: Was müssen wir tun?

Der Schlüssel: den Zensor und Autopiloten abschalten	282
Methoden zur Aktivierung der Zirbeldrüse	282
Hypnogene Zustände	283
<i>Reduzierte Ich-Präsenz – Traum, Trance, Hypnose, Nahtod, Meditation</i>	284
<i>Das Zwischenreich beim Einschlafen – Hypnagogie</i>	286
<i>Schlafende erobern die Umgebung</i>	289
<i>Wir als Selbst der Interwelt</i>	290
<i>Traumkräuter</i>	295
<i>Zirbeldrüse und Traum</i>	297
<i>Das Zentrum des Ichs</i>	299
<i>Das Zwischenreich beim Aufwachen – Hypnopompie</i>	301
<i>Therapeutische Trance und Hypnose</i>	303
Das Default-Mode-Netzwerk	305
<i>Das Anti-Correlated-Netzwerk</i>	308
<i>Reizunabhängiges Denken zur inneren Einkehr</i> .	310
Die Steuerungszentrale Frontalhirn	315
<i>Das Bereitschaftspotenzial – ein Indikator für Vorwissen</i>	321
<i>Der präfrontale Cortex als Wächter der Welten</i>	323
<i>Placebo unter Vermittlung des präfrontalen Cortex</i>	324
<i>Linker und rechter präfrontaler Cortex vermitteln unterschiedliches Verhalten</i>	326
<i>Geist und präfrontaler Cortex bilden eine Einheit</i>	328

<i>Den begrenzenden Autopiloten abschalten</i>	330
<i>Training von Freude und Glückseligkeit</i>	334
<i>Feedback von Gleichspannungssignalen</i>	338
<i>Das »Meditationsgehirn« und die Achtsamkeits- meditation</i>	344
<i>Der Neuheitseffekt</i>	346
Die enorme Plastizität des Gehirns	348
<i>Was hat das alles mit der Zirbeldrüse zu tun?</i> ..	355
<i>Ansteuerung der Zirbeldrüse durch Tiefenentspannung</i>	358
<i>Wichtiger Körper-Infraschall</i>	359
<i>Zirbeldrüsenanregung durch Mikrovibration</i> . . .	363
<i>Das Ballistogramm des Menschen</i>	367
<i>Was kohärente Theta-Wellen bewirken</i>	371
<i>Bewusstes Gähnen und Qigong</i>	373
<i>Die Vorteile einer intakten und aktivierten Zirbeldrüse</i>	376
Die Methoden-Rangordnung	376
<i>Die richtige Atmosphäre durch Einstellung und Stimmung</i>	381
<i>Luzide Träume</i>	386
<i>Mystische Erfahrungen durch Yoga und Meditation</i>	391
<i>Die Meditationshaltung</i>	401
<i>Der Samadhi-Tank</i>	403
<i>Meditation mit offenen Augen</i>	404
<i>Subjektive visuelle Phänomene</i>	407
<i>Zeitdilatation</i>	409
Aufgaben an den Geist	410

Anhang

Zu den Musikstücken	415
Quellen	418
Bildnachweis	445

Klangsequenzen zum Download

Zur Voraktivierung des präfrontalen Cortex hat Dr. Ulrich Warnke drei Musikstücke zusammengestellt.

Sie können Sie kostenlos herunterladen unter:

[https://www.penguinrandomhouse.de/
Warnke-Die-Oeffnung-des-3-Auges/aid83175.rhd](https://www.penguinrandomhouse.de/Warnke-Die-Oeffnung-des-3-Auges/aid83175.rhd)

Einleitung

*»Setz dich hin vor die Tatsachen, sei bereit,
alle vorgefassten Meinungen aufzugeben, denn
sonst erfährst du nichts.«*

THOMAS HENRY HUXLEY

»Im Anfang war das Wort«, heißt es im Johannesevangelium. Es sollte besser lauten: »Im Anfang war die Information.« Sie ist es heute noch und wird es immer sein. Information kann es aber nur geben, wenn sie als solche erkannt wird. Wer identifiziert Information für uns Menschen? Immer ein Bewusstsein, das deshalb beständig im Mittelpunkt unseres menschlichen Erlebens steht.

Wir sind mit einem Bewusstsein ausgestattet, das in der Natur, also im Pflanzen- und Tierreich, ansonsten so nicht bekannt ist. Und tatsächlich läuft alles, was wir erleben, alles, was wir wissen, immer und ausschließlich über unser Bewusstsein. Für niemanden gäbe es die uns vertraute Welt mit allen ihren Inhalten, wenn sie nicht über das Bewusstsein entstünde. Das heißt, am Beginn von allem steht immer und ausschließlich ein geistiges Prinzip. Wir sind deshalb überzeugt, dass es das Wichtigste im Leben ist.

Wir übersehen dabei aber leicht, dass unser Dasein noch von einer ganz anderen Instanz geführt wird, die uns intelligent steuert und die wir nicht bewusst erkennen. Nennen wir diese Instanz zunächst einmal »Unterbewusstsein«. Diese Instanz weiß viel mehr als wir, und sie ist unentwegt tätig, denn sie ist jedem Bewusstseinsprozess vorgelagert. Bei allem, was wir tun, wird erst einmal unser Unterbewusstsein tätig, wovon wir allerdings gar nichts merken. Erst dann bekommt das Bewusstsein seinen Auftritt, oft mit einer Aktivitätsaufforderung

an unseren Willen. Wenn wir sprechen, sind also vorher die Formulierungen im Unterbewusstsein bereits festgelegt, das Bewusstsein ist dann für die Ausführung notwendig. Genauso ist es beim zielgerichteten Handeln und bei vielen weiteren Aktionen. Jeder für sich verwendet ununterbrochen Information, indem er einem Geschehen Sinn und Bedeutung gibt. Dies geschieht einerseits mit der ordnenden Vernunft (bewusst) und andererseits mit Gefühlen, die eine Information integrativ zum Beispiel hinsichtlich »gut« oder »schlecht« einschätzen (unbewusst). Alle Ergebnisse aus dem Geben von Sinn und Bedeutung werden im Unterbewusstsein abgespeichert. Wir hängen am Unterbewusstsein wie eine Marionette, die ihm ausgeliefert ist.

Das ändert sich augenblicklich, wenn wir diesen Prozess unter die Kontrolle des Bewusstseins setzen. Deshalb ist die zeitweise Erweckung dieser Instanz »Unterbewusstsein« im Bewusstseinsmodus ein sehr lohnendes Ziel. Wir kommen damit an verborgene Informationen heran, die für uns außerordentlich wichtig sind und die wir bewusst für ein besseres Leben verarbeiten können. Wir können die Ur-Information für Gesundheit erkennen, wir erhalten direkte Informationen zur Lösung von Problemen, was als »Intuition« bezeichnet wird, wir erkennen wesenhafte Intelligenzen, die nach Aufforderung für uns tätig werden können.

Die große Frage lautet nun: Wie können wir die unterbewusst arbeitende Instanz bewusst anzapfen, wo ist diese Instanz verborgen, gibt es Anleitungen zu ihrer Nutzung?

Die Antwort darauf suchten früher die Geheimwissenschaften. Es geht um ein kleines Organ in uns, das tatsächlich fast ausschließlich dafür da ist, das Tor zum Unbewussten zu bewachen – und wir können es »aufschließen«, wenn wir grundlegendes Wissen darüber haben. Der Weg dahin führt über die Quantenphilosophie, was verstanden werden kann als »Liebe zur Weisheit durch Quanten«.

Im Mittelpunkt steht hier die Öffnung des »Dritten Auges«, eine Methode, die in allen Traditionen, auch Jahrtausende vor Christi Geburt, eines der Hauptanliegen der Geheimlehren war. Dabei wurde immer wieder deutlich, dass die Alltagswelt unterschieden werden muss von einer anderen Welt, die wir zum Beispiel regelmäßig im Traum aufsuchen. Diese Anderswelt, ich nenne sie »Interwelt«, ist voller Energie und nützlicher Informationen – ein universeller Datenspeicher innerhalb eines programmierbaren »Universum-Computers«. Wir müssen nur wissen, wie wir uns einloggen, um diese Energie und Information abrufen zu können.

Das Buch knüpft an meine vier Vorgängerbücher *Gehirn-Magie*, *Die geheime Macht der Psyche*, *Quantenphilosophie und Spiritualität* sowie *Quantenphilosophie und Interwelt* an (Warnke 2011, 2013 und 2014a, b; siehe »Quellen« im Anhang), worin ich viele Grundlagen zu diesen Themen aufzeige. Ich gehe nicht davon aus, dass alle Leser und Leserinnen meine bisherigen Bücher gelesen haben. Hier wollen wir aber aus dem Wissen heraus ernten, was das Universum für uns bereithält. Deshalb bleibt es nicht aus, dass sich einige Passagen aus den vorherigen Büchern verkürzt und modifiziert wiederholen, damit ein umfassendes Verständnis dieses spannenden Gebiets gewährleistet ist.

1 . TEIL:

WARUM WIR
DIE ÖFFNUNG
DES DRITTEN AUGES
BRAUCHEN

Unser Leben – ungenutzt verplant?

»Menschen, die nicht wissen, dass es ein höchstes Ziel im Leben gibt, halten alles andere als das höchste Ziel für wertvoll. So irren sie wie Blinde umher, die von anderen Blinden geführt werden, und verstricken sich immer mehr ins Netz der Ziellostigkeit.«

SRIMAD-BHAGAVATAM

Was ist Ihr Leben?

Diese Frage erscheint auf den ersten Blick einfach zu beantworten. Denn wir würden aus unserem täglichen Blickwinkel heraus sprechen: Wir stehen morgens auf, gehen dem Beruf oder der Beschäftigung nach, kommen abends zurück, haben eventuell eine Familie, die wir für wenige Stunden innerhalb der Woche sehen und am Wochenende ausführlicher genießen können. Wenn Kinder da sind, ist meist ein Elternteil hauptsächlich mit der Fürsorge beschäftigt. Abends sind wir dann oftmals nur noch für das Fernsehen offen und gehen schließlich müde ins Bett, um nach der Nacht dann morgens mit der gleichen Routine loszulegen. Anders geht es nicht, denn die Gesellschaft, in der wir unser geordnetes Leben führen, verlangt ein monatliches Einkommen, bewundert materielle Werte wie ein Haus, das Auto und organisierte Reisen, die viel Spaß machen sollen.

Das ist aber aus Sicht der Möglichkeiten, die ein Leben bieten kann, ein recht klägliches Dasein. Es ist arm, weil wir ein mehr oder weniger aufgezwungenes Dasein fristen, das kaum mehr Raum für wichtige Erkenntnisse bietet. Wenn wir rund um die Uhr den vorgegebenen Zielen hinterherhecheln, ist meist kein Platz mehr für die wirklichen individuellen Lebensbedürfnisse. Es bleibt das Leben im sprichwörtlichen Hamsterrad.

Unser Alltag ist in der Regel bestens abgesichert mit Freiheiten und Wohlstand. Zweifellos sind das hohe Güter und durchaus nicht selbstverständlich, verglichen mit vielen anderen Menschenleben weltweit. Und dennoch sind wir meist stark eingeschränkt, denn selbstverständlich ist der Blickwinkel aus dem gewöhnlichen Alltag heraus nicht das Einzige, was das Leben zu bieten hat. Ein Fenster öffnet sich durch unsere Gedanken. Aber wir können nur *das* denken, was innerhalb unserer Erfahrungen und Erlebnisse liegt. Oft haben wir keine eigenen Gedanken mehr, sondern folgen den Bahnen, die uns die Mainstreammedien offerieren. Sind die Gedanken inhaltlich bereits eingeschränkt, kommen wir ohne Hilfestellung nicht mehr weiter.

Man kann davon ausgehen, dass Menschen in früheren Generationen, als es noch kein Fernsehen und kein Smartphone gab, mehr Zeit damit verbrachten, ihren eigenen Gedanken nachzuhängen. Eigene Gedanken zu pflegen ist uns heute abhandengekommen.

Dabei hatten wir noch nie so viel Information zu bewältigen wie in heutigen Tagen. Sie kann uns dienen, vorausgesetzt, wir kümmern uns um die richtige Auswahl.

Mensch der Gewohnheit

»Dies ist der Sinn der großen Lehre Kants, dass die Zweckmäßigkeit erst vom Verstande in die Natur gebracht wird, der demnach ein Wunder anstaunt, das er erst selbst geschaffen hat.«

ARTHUR SCHOPENHAUER

Aufgrund der Informationen, die es wahrnimmt, entwickelt unser Gehirn das Bild einer Realität. Der Embryo im Mutter-

leib baut ein Netzwerk von Neuronen mit entsprechenden Neurotransmittern auf, was wir dann »Gehirn« nennen. Dies geschieht durch diverse Programme und Informationsreize. Unablässige Wiederholungen in der Umwelt erzeugen unsere Denkmuster. Zum Beispiel ist die Substanz Serotonin schon sehr früh im Embryo aktiv, auch um bestimmte Weichen zu stellen; sogar die Genexpression wird damit gelenkt. Später, nach der Geburt, wird dieses Molekül als Hormon und Neurotransmitter besondere Aufgaben in uns übernehmen, es steht schließlich auch im Zentrum der Öffnung des Dritten Auges. Die Erzeugung von Serotonin ist auf die Aminosäure Tryptophan angewiesen, die aus der Nahrung kommt.

Jede unserer Zellen – und damit jedes Organ – hat durch die Einwirkung von spezifischen Reizen ein speziell herausgeformtes (implizites) Gedächtnis, was als Grundlage jeglicher Erfahrung wirkt. Auch unsere Gehirnfunktion beruht auf derart programmierten Zellen. Das Besondere der Gehirnfunktion, verglichen mit den Zellen des übrigen Körpers, liegt in der Verschaltung der Zellen. Diese Besonderheit der Verschaltung führt dann zu einer Kohärenz, also zu einer in der Zeit und/oder im Raum gleichartigen Aktivierung der Gehirn-Nervenzellen. Erst die Kohärenz führt zur Erinnerung. Dadurch kann das Gehirn bestimmte Erfahrungen, die als innere Repräsentanzen herausgeformt wurden, in entsprechenden Verhaltensmustern erneut aktivieren als Folge eines expliziten Gedächtnisses.

Das menschliche Gehirn hat zum Zeitpunkt der Geburt einen erheblichen Überschuss an Nervenzellen, Nervenfortsätzen und synaptischen Verbindungen untereinander. In der nachfolgenden Zeit werden diese Nerven und ihre Verbindungen so weit wieder aufgelöst und abgebaut, wie sie nicht gebraucht werden. Welche Netze zum Einsatz kommen, entscheiden wiederum die informativen Reize und ihre Verarbeitung. Die älteren Hirnregionen wie Hirnstamm, Thala-

mus und Hypothalamus sind schon zum Zeitpunkt der Geburt in ihrer Entwicklung weitgehend abgeschlossen, da sie bereits ad hoc für den Kreislauf und die Atmung funktionieren müssen. Nicht so die stammesgeschichtlich jüngsten Teile des Gehirns, die den Neocortex ausmachen und die dann besonders eng mit dem Bewussten verbunden sind. Gerade im Neocortex hängen funktionierende Netzwerke besonders von Umweltreizen und ihrer Verarbeitung ab. Erst mit etwa drei Jahren erwerben Kinder die Fähigkeit, sich an ihre Erfahrungen in Form innerer Bilder zu erinnern und diese später dann auch in Worten auszudrücken, was wiederum auf den neu geformten Netzwerken beruht. Nur wenn die Umweltreize sich eine Zeit lang ständig wiederholen, stabilisieren sie die jeweiligen synaptischen Erregungsübertragungen. Alle nicht-stabilisierten Netzwerke werden ausgedünnt. Dieses Prinzip, das bereits postnatal etabliert ist, arbeitet das ganze Leben lang. Der Vorteil ist, dass der Mensch so auf neue Erfahrungen flexibel reagieren kann.

Das wohl wichtigste nutzungsabhängige Zentrum im Neocortex, das sich durch Erfahrungen plastisch umformen kann, ist der präfrontale Cortex, auch als »Stirnappen« bezeichnet. Dieser Teil des Gehirns spielt innerhalb unseres Themas zur »Öffnung des Dritten Auges« die Hauptrolle, wie wir noch sehen werden. Im präfrontalen Cortex ist unsere Persönlichkeit repräsentiert.

Wollen wir das Dritte Auge öffnen, kann dies nur mit unserer Persönlichkeit gelingen. Wie? Das erfahren Sie in diesem Buch. Momentan ist lediglich wichtig zu wissen, dass unsere Tagesroutine mit den immer gleichen Reizen aus der Umwelt unsere Persönlichkeit und unser Leben durch mangelnde Umformierung des Neocortex einseitig festlegt. Wir werden dann in der Denkweise eingeengt, geradezu »gekäfigt«, und falls wir nicht entschieden gegensteuern, gibt es keine Chance, dieser Einengung zu enttrinnen. Unser Leben verläuft sozusagen ein-

gleisig innerhalb einer alltäglichen materieorientierten Welt. Das aktive Erleben der geistig-seelischen Welt bleibt uns dann weitgehend verschlossen. Denn die Entwicklung der entscheidenden Region im Stirnhirn, des präfrontalen Cortex, ist außerordentlich wichtig für eine direkte Kommunikation zwischen dem Denkhirn (Neocortex) und dem Gefühlshirn (limbisches System). Neurowissenschaftlich gesehen ist dieses präfrontale Zentrum das Vehikel für den Willen des bewussten Ich und damit auch für die Erfahrung des Selbstbewusstseins.

Die Wissenschaft stimmt inzwischen ebenfalls damit überein, dass das Ich eine Konstruktion des Gehirns ist. Wobei auch die Wissenschaft immer im Gehirn passiert. Denn das Aufregende an ihr sind nicht die Messreihen, sondern die Ideen und Erklärungen. Leider wird dann aber oft nicht weitergedacht. Denn natürlich steht nun die Frage im Raum: Wer hat das unendlich kompliziert aufgebaute Gehirn konstruiert? Daraus erschließt sich: Wer das Gehirn konstruiert hat, hat auch das Ich etabliert.

Allgemein anerkannt ist ebenso in der Wissenschaft, dass man durch technische und biochemische Eingriffe inzwischen Krankheiten heilen, aber auch die Persönlichkeit des Menschen verändern kann. Relativ neu ist der Gedanke, dass dies ebenfalls durch die direkte bewusste Beeinflussung der Persönlichkeit gelingt. Wir leben alle innerhalb einer Materiekonstruktion als Körper mit Gehirn, die von einer gewaltigen Intelligenz aufgebaut wurde. Wenn wir Eingriffe in diese Konstruktion vornehmen wollen, müssen wir die Regeln beachten, die damit verbunden sind.

Der Diplomand Jens Nadig von der Universität Bremen hat in seiner im Jahr 2008 verfasste Diplomarbeit die Zusammenhänge anschaulich dargestellt (Nadig 2008). Physikalische Reize, die uns aus der Umwelt erreichen, besitzen Energie. Diese Energie ist der Auslöser von körperinternen Fluktuationen, die

geordnet und koordiniert ablaufen. Soweit das Bewusstsein beteiligt ist, wird den informativ-energetischen Fluktuationen Sinn und Bedeutung zugewiesen, was zum Erlebnis führt. Dieses gemeinhin als »Wirklichkeit« bezeichnete Erleben spiegelt aber nicht die äußere Realität wider, sondern ist eine geistige Interpretation der vom Unterbewusstsein gefilterten Signale. Alles bewusste Erleben und alle sich daraus ergebenden Entscheidungen und Verhaltensweisen sind die Folge vorausgegangener unbewusster Prozesse (Norretranders 2002, Neyraut 1976). So konstruiert jeder Mensch seine eigene Wirklichkeit.

Um eine Welt für sich neu zu entdecken, muss man die bisherige gewohnte Welt der alltäglichen Routine hinter sich lassen. Von der Entschiedenheit dieses ersten Schritts hängt der Erfolg des Neuen ab. Der französische Philosoph René Descartes (1596–1650) sagte in seinem Buch *Regeln zur Leitung des Geistes* deshalb so richtig: »Um in den Besitz der Wahrheit zu gelangen, muss man einmal in seinem Leben alle Ansichten, die einem beigebracht wurden, aufgeben, und sein Gedanken- und Wissenssystem von Grund auf neu errichten!« (Hoffmann et al. 2007).

Wir sind reine physische Gewohnheiten, beruhend auf angelernten und konditionierten Mustern von Nerven und Neurotransmittern. Diese Muster bilden unsere Sehnsüchte, Erwartungen und Leitgedanken. Nicht nur wir sind darin gefangen, sondern auch unsere Gesellschaft und Kultur.

Dennoch hat jeder Mensch eine tief liegende Sehnsucht jenseits des Verstandes nach verborgenen Eigenschaften und unsichtbaren Kräften, nach einem spontanen Erwachen des eigentlichen Kerns des Menschenwesens. Die alten herrschenden Verstandesmechanismen versuchen unentwegt, ihre Privilegien zu bewahren und uns davon zu überzeugen, dass nur sie wahren Erfolg bringen und uns glücklich machen.

Das Verlassen der gewohnten Welt beginnt mit der Ruhigstellung des dominierenden Verstandes. Optimal ist, ihn vor-

übergehend ganz zum Schweigen zu bringen. Gleichzeitig müssen wir die starke Motivation spüren, das Neue und Unfassbare zu erfahren, was nur intuitiv geht. Im hinteren Teil dieses Buches bekommen wir detailliertere Anleitungen dazu.

Funktionskomponenten der »Konstruktion Mensch« – ein Modell

Ein Modell verwendet die Präsensform, als ob das, was gesagt wird, bereits gültig ist. Das ist nicht der Fall, lassen Sie sich also nicht verunsichern – ich präsentiere hier nur eine Idee, allerdings ist sie sehr plausibel. Das Modell ist nicht neu, ich habe es bereits in drei Büchern publiziert, zuletzt in *Quantenphilosophie und Interwelt* (Warnke 2013). Aber es ist so erfolgreich in seinen Grundzügen, dass ich es hier noch mal skizziere und im weiteren Verlauf des Buches erneut anwenden werde.

Beim wiederholten Recherchieren des Themas stellte ich fest, dass dieses Modell sehr kongruent mit den Ansichten des dänischen Philosophen Martinus (1890–1981) ist, der von sich selbst behauptete, dass er seine Ideen durch eine Ankopplung an die universelle Intelligenz erlangt hat. Diese Fundquelle hat der Waldorf-Lehrer Uwe Todt in seinem Buch *Martinus. Leben und Werk* in bestaunenswerter Weise übersetzt, zu Themen geordnet und interpretiert (Todt 2008).

Wir haben als Mensch

1. ein materielloses Ich,
2. zwei materielle Selbst-Instanzen als Ideen- und Informationsspeichereinheiten: das »Einfache Selbst« als Spiegel des Ich und das »Höhere Selbst« als Erfahrungen vieler Erdenleben,

3. einen Materiekörper mit Gehirn, der als Erlebens- und Erfahrungsautomat dem Ich dient, sowie
4. ein Bewusstsein als Werkzeug zur Informationserkennung und -verarbeitung.

Über allen vier Komponenten steht der geistig höchst intelligente Ursprung von allem; es ist das »Wahre Selbst«.

Das Ich und die Selbst-Instanzen verwenden dieselben Instrumente und Modi (beim Ich »angeboren«), wie Bewusstsein, Wille und Motivation, Empfindungen und Gefühle, die Wahrnehmung und Denken ausmachen. Und schließlich ist da noch die Meme-Generierung durch Gedanken. Meme sind erschaffene und sich selbst fortpflanzende Informationsmuster und Wesenheiten. Wir beschreiben sie später detaillierter.

Wahrnehmungen und Denken sind unmöglich ohne den Wahrnehmenden und den Denker. Beide werden aber immer aus dem Wahrnehmungsereignis und aus jedem Gedanken ausgeschlossen. Wahrnehmung und Denken sind angeboren. Wahrnehmungen sind auch Gefühle, Erinnerungen, Vorstellungen, Intuition, Imagination, Inspiration. Alles, was angeboren ist, existiert bereits, bevor es von einem neugeborenen menschlichen Wesen gebraucht wird. Angeborenes ist abgespeichert in der Interwelt und wird vom Selbst des Wesens abgerufen und angewendet. Erfahrungen für den Menschen sind dementsprechend in drei Welten möglich:

1. In der *Alltagswelt*, projiziert durch das Ich mit explizitem Geist: Hier werden aktuelle Informationen durch die Sinnesorgane verarbeitet und zielgerichtete, logische Entscheidungen getroffen, was Planen und Kalkulieren ermöglicht.
2. In der *Interwelt* mit dem Einfachen und dem Höheren Selbst durch den impliziten Geist: Hier sind angeborene

Gefühle, Erinnerungen, die Fantasie, Träume etabliert, insgesamt oft als »Seele« bezeichnete aktive Informationsmuster. Daraus können zusätzliche intelligente Wesenheiten resultieren.

3. In der *Einheitswelt* mit dem Wahren Selbst: Hier ist ein universelles, potenziell informatives Geistfeld gemeint, aus dem alles entsteht und zu dem alles zurückkehren kann, vollkommen undifferenziert, »Meer aller Möglichkeiten«, ohne jegliche Gegensätze. Deshalb ist kein aktives Erleben möglich, absolute Ruhe, Ursprung universeller Intelligenz.

Um die Zusammenhänge besser zu verstehen, können wir uns folgende Fragen stellen: Wer wünscht, dass mein Ich gerade etwas tut? Und wie lange mein Ich etwas tut? Mein Ich ist das Denkende, aber nicht der Gedanke. Wer aber ist Urheber der Gedanken? Der Wille steuert Gedanken, die Gedanken konstruieren den Plan. Die Erfüllung des Plans ergibt die Zweckmäßigkeit. Wer ist Urheber des Willens?

Das Wichtigste zuerst: Unser Ich ist eine erlernte Entität, die vom Selbst für die Alltagswelt ersonnen wurde. Ich bin nicht dieser Körper, sondern mein Körper vermittelt mir das Ich, denn das Ich wäre ohne die Sinnesorgane meines Körpers überhaupt nicht möglich. Das Ich wird etwa mit dem dritten Lebensjahr erlernt durch die Auswertung der Informationen, die mit den Sinnesorganen abgegriffen werden. Am Anfang steht das Selbst. Das Selbst ist die Ursache alles Bestehenden. Das Ich ist eine Idee des Selbst. Beide verwenden den Modus Bewusstsein als Werkzeug. Dadurch entstehen Gedanken. Diese werden zu neuen Ideen. Der Wille führt die Ideen zum Ziel einer Schöpfung. Das Erleben des Ich wird vom Selbst und vom Höheren Selbst miterlebt. Da alle Selbst-Instanzen universell in einem Feld verbreitet sind, entsteht auf unser individuelles Erleben immer auch eine universelle Reaktion.

Weder das Ich noch das Selbst kann von der Wissenschaft als Instanz jemals gefunden werden, da nichts an diesen Entitäten messbar ist. Und doch ist es der Ursprung alles Erlebbaren: Ich gehe. Ich spreche. Ich denke. Nur unsere Erfahrung macht deutlich, dass alle erschaffenen Dinge von einer Instanz wie Ich und Selbst hervorgebracht werden. Die Welt wird durch das Selbst und das Bewusstsein aufrechterhalten, so wie ein Traum vom Träumer aufrechterhalten wird (Todt 2008).

Die Zusammenhänge der Komponenten sehen folgendermaßen aus: Das Ich ist vom Selbst mithilfe des materiellen Körpers getrennt. Der materielle Körper dient einer Zensorfunktion. Die Zensorfunktion wird durch Teile des Neocortex im Gehirn ausgeübt. Wäre es nicht so, würde das Ich von zu viel (virtueller) Information aus der Welt des Selbst – die von uns »Unterbewusstsein« genannt wird – überschüttet werden und könnte sich in der Alltagswelt nicht zurechtfinden.

Der Oxforder Philosoph Ferdinand C. S. Schiller (1864–1937) erkannte bereits in den Neunzigerjahren des 19. Jahrhunderts: »Materie ist ein bewundernswert berechnender Mechanismus zur Regulierung, Begrenzung und Einschränkung des Bewusstseins, das sie umhüllt ... Materie erzeugt Bewusstsein nicht, sondern limitiert es und begrenzt seine Intensität auf einen bestimmten Rahmen.« Schiller war überzeugt, dass ohne die Begrenzung des Gehirns ein lückenloses Gedächtnis möglich wäre (Carter 2010).

Der französische Philosoph Henri-Louis Bergson (1859–1941), der 1927 den Literaturnobelpreis erhielt, sagte, das Gehirn kanalisieren und limitieren den Geist und sei ein Hindernis für eine umfassende Wahrnehmung (Bergson 1948).

Und schließlich fand der amerikanische Neurochirurg Eben Alexander mit ehemaligem Lehrauftrag an der Harvard Medical School in seiner Selbsterfahrung heraus: »Meine Erfahrung hat mir deutlich gezeigt, dass sich ein unglaublich

mächtiges Bewusstsein weit jenseits dessen, worin ich hier auf Erden gefangen bin, auftritt, sobald wir die Filtermechanismen des Gehirns los sind« (Alexander und Moody 2013).

Es gibt im Universum nur eine Entität mit Namen »Bewusstsein«. Diese Entität ist ein Modus, um Information als solche zu erkennen und zu verarbeiten. Bewusstsein kann nicht denken, aber Gedanken werden durch Bewusstsein zu Gedanken. Bewusstsein kann nicht planen, aber eine Planung wird durch Bewusstsein erst möglich. Es gibt keine Erweiterung des Bewusstseins, wie es immer wieder heißt. Was mithilfe eines Bewusstseins erweitert werden kann, ist die Wahrnehmung durch das Ich innerhalb der Alltagswelt und darüber hinaus. Auch das sogenannte Unterbewusstsein ist nur aus der Sichtweise des Ichs so benannt worden. Unbewusstes oder das, was wir »Unterbewusstsein« nennen, ist die Folge der Verwendung des universellen Modus Bewusstsein durch das Selbst, ohne dass das Ich Kenntnis davon erhält. Dieses Selbst hat einen so vollgefüllten Speicher für Informationen, dass das Ich mit diesen Informationsmengen überfordert wäre.

Noch mal: Was wir »Unterbewusstsein« nennen, ist das Bewusstsein, welches das Selbst verwendet. Dennoch – wir sind so stark an die Begriffe »Bewusstsein« und »Unterbewusstsein« gewöhnt, dass wir »Unterbewusstsein« als Bezeichnung beibehalten werden. Vor der riesigen Kapazität für Informationserfassung und -speicherung wird das Ich durch den Aufbau eines Zensors beziehungsweise einer Barriere geschützt. Diese Barriere ist materieller Natur; es ist unser Gehirn mit eigenen Informationsverarbeitungssystemen. Aus Sicht des Ichs ergibt sich also die Einteilung, wie sie in der Tabelle dargestellt wird.

Alltags- und Interwelt aus der Sicht des Ichs

Alltagswelt	Interwelt
Bewusstsein (5 Prozent)	Unterbewusstsein (95 Prozent)
Materiebehafet	Geist-Seele-Information
Vernunftzeugend	Empfindungen/Gefühle
<i>Ich-Instanz</i>	<i>Selbst-Instanzen</i>
Erfahrungen – angelernt	Abspeicherungen – »angeboren«

Das Bewusstsein, das immerwährend dem Selbst dient und dem Ich ebenbürtig verliehen wird, bewirkt einerseits die Erkennung und Verarbeitung von Informationen und andererseits die Abspeicherung dieser Prozesse. Das Selbst und seine hierarchisch darüberstehenden Verwandten wie das Höhere Selbst (Informationen für sämtliche bisherigen Erd-Lebensphasen eines Individuums) und das Wahre Selbst (Informationen der lebendigen Natur und des Universums) sind die Speicher sämtlicher Informationen, die Leben herstellen. Dazu gehören die Funktionen der Natur, die Entwicklung vom Embryo zum erwachsenen Lebewesen (Ontogenese), die Physiologie (Funktion), die Psyche (Verhalten) und ihre Erfahrungen.

Wir führen ein Doppelleben: ein zeitlich begrenztes in der Materiewelt als Ich und ein geistig-seelisch unbegrenztes in der Interwelt als Selbst. Was uns vermeintlich »angeboren« ist, so wie Empfindungen und Gefühle, steht uns und der Menschheit quasi unbegrenzt zur Verfügung. An anderer Stelle in diesem Buch wird genauer erklärt, wo sich das Feld dafür und die Speicher befinden und welche Speicherkapazität zur Verfügung steht. Denn Empfindungen und Gefühle sind eben nicht angeboren, wie es allgemein angenommen wird, sondern kommen über ein Feld zu uns. Hier genügt der Hinweis, dass diese Felder und Speicher sich sowohl in uns, in aller

Materie wie auch im ganzen Universum befinden, überall jeweils in der Vakuumphase, also im masselosen Raum.

Das dem Ich normalerweise nicht bewusste Selbst ist die eigentliche Macht. Denn diejenige Instanz, die die meiste Information besitzt, ist immer die mächtigste. Diese Macht ist identisch mit der Geist-Seele und beherrscht auch die Materie. Die Geist-Seele hat ein riesiges Potenzial an Information und Energie und könnte bei bewusstem Zugriff ungeheure Leistungen erbringen. Voraussetzung für eine Erweiterung der Wahrnehmung hin zu einer materiefreien Geist-Seelen-Welt ist der verstärkte Abbau oder die Stilllegung des Sensors, also bestimmter Zentren des Neocortex, die von der Alltagswelt geprägt wurden.

Der einzige Grund, warum wir annehmen, dass unsere zeitlich begrenzte Alltagswelt die eigentliche Welt des Menschen und der Natur sei, ist die Tatsache, dass unser Ich ab dem Augenblick, da ein Kleinstkind aus Materie geformt ist, trainiert wird, für den Erhalt der Körperkonstruktion und ihrer Effekte Sorge zu tragen. Dazu gehört zwecks Nahrungssammeln die Exploration und Orientierung in Raum und Zeit; und diese beiden Standardgrößen sind immer an Materie gebunden. Wenn wir uns bewegen, müssen Massen beeinflusst werden. Dazu sind Kräfte notwendig. Kraft- und Zeitoperationen sind immer nur an Massen der Materie möglich. Wo es keine Massen gibt, gibt es auch keine Kräfte und keine Zeit.

Wir haben als Kleinkind nicht gelernt, mit unserem Willen die Materie unseres Körpers zu beherrschen, sondern wir haben gelernt, den Mechanismus »Materie gehorcht dem Selbst« anzuwenden. Das Selbst ist die Macht. Deshalb ist die Interwelt unser eigentliches Zuhause. Dies lässt sich zwingend aus Nahtod-Erlebnissen ableiten, von denen immer wieder berichtet wird. Jedes Wesen legt vollständige Kopien der Originalerlebnisse seines Ichs in der Interwelt ab. Das beliebige

Abrufen von Erlebnissen, auch aus der Vergangenheit im Jetzt, was wir »Erinnerung« nennen, beruht auf dieser Interwelt-Funktion. Auch Vorstellungen und Erwartungen werden so möglich. Wenn gewünscht, kann unzerstörbare ewige Jugend, ewiges Dasein imaginiert werden und setzt sich dann augenblicklich um, vorausgesetzt, eine Befreiung von den Begrenzungen aus Zensor und materiellem Körper hat stattgefunden: »Das wissende Selbst ist nicht geboren; es stirbt nicht. Es ist aus Nichts entsprungen. Ohne Geburt, ewig immerwährend und alt, wird es nicht umgebracht, wenn der Körper umgebracht wird« (Nikhilananda 1963).

Das Unbewusste wurde vom Schweizer Psychiater C. G. Jung (1875–1961) und später vom amerikanischen Psychiater Milton H. Erickson (1901–1980) verstanden »als weise, kluge, wissende und wohlwollende Instanz innerhalb der Person« (Peter 2006). Wir alle haben laut Jung einen archetypischen Urgrund (identisch mit dem Höheren und dem Wahren Selbst), zu dem unsere Seele andauernden Kontakt pflegt, wie er sagt. Wir gehen davon aus, dass die Seele zusammen mit dem impliziten Geist das Selbst ist (Renartz 2006).

Das Ich als eine verwirklichte Idee unserer Selbst-Instanzen kann Erfahrungen mit der alltäglichen Materiewelt machen, was die Selbst-Instanzen niemals machen können. Insofern profitieren die Selbst-Instanzen vom Ich.

»Das menschliche Individuum hat die Aufgabe, sein Leben als Reifungsprozess der Persönlichkeit durch größtmögliche Erweiterung der Wahrnehmungsfähigkeit im Bewusstseinsfeld zu gestalten, was die schrittweise Integration ihrer unbewussten, aber bewusstseinsfähigen Inhalte zur Voraussetzung hat«, schreibt die ungarische Psychologin und Mitarbeiterin Jungs Jolande Jacobi (1890–1973) in ihrem Buch *Der Weg zur Individuation* (Jacobi 1971). Dadurch wird das »Gleichgewicht zwischen dem Ich und dem unbewussten Seelengrund wiederhergestellt« (ebenda).

Swami Karmananda Saraswati schreibt im *Yoga Magazine* bezüglich des Menschen:

»Er ist weit mehr eingesperrt als der Gefangene, der in Ketten gelegt ist oder hinter Gefängnismauern sitzt. Ein solcher Häftling ist nur mit seinem Körper gefangen, und diesen Zustand nimmt er sehr wohl wahr. Aber das menschliche Wesen ist sehr viel wirksamer gefesselt und gebunden. Sein ganzes Bewusstsein liegt in Gefangenschaft. Die Gefangenschaft ist so effektiv, dass der Mensch nicht einmal die Möglichkeit einer höheren Wahrnehmung und Erfahrung sehen kann. Die Ketten, die verhindern, dass er die Realität erkennen kann, dass er göttlich und unendlich ist, scheinen identisch zu sein mit dem Serotoninspiegel in seinem eigenen Gehirn!«
(Saraswati 1979)

Diese unerkannte Interwelt ist genauso stabil und wirklich wie unsere Alltagswelt. Beide, Alltags- und Interwelt, sind eng miteinander verzahnt. Alle Erfahrungen werden in der Interwelt abgespeichert. Die Interwelt enthält aber immer nur die Information, die Ideenmuster sämtlicher Materie-Konstruktionen, sozusagen das urgeistige Original und die immer wieder geänderten Blaupausen der Anpassungen. Die Alltagswelt dagegen enthält die materiellen Kraft- und Zeitkonstruktionen. Alles, was uns in der Alltagswelt geläufig ist, hat in der Interwelt ein energetisch-informatives Duplikat – auch unser Körper, sein Aufbau mit allen seinen Einzelfunktionen.

Die Interwelt – eine Geist-Seelen-Welt der höchst intelligenten Organisation – ist die Welt, die

- > Ideen und Gedanken formt und Empfindungen ermöglicht,
- > in unseren Träumen auftritt,

- > unsere Erinnerungen enthält,
- > bei außerkörperlichen Erfahrungen durchschimmert,
- > die Grundlage in Remote-Viewing-Situationen (Hellsehen) bildet und
- > vom Menschen im Sterben und im Tod aufgesucht wird.

Der Tod ist lediglich ein Verlassen der Massenwelt, sodass vorübergehend allein die Interwelt übrig bleibt, ein wunderbares Leben in der reinen Geist-Seelen-Informationswelt.

Dieses soeben aufgezeigte Modell zieht sich durch die weiteren Inhalte des Buches.

*Bewusstsein und eine Welt,
die wir »Unterbewusstsein« nennen*

Wir wollen das soeben skizzierte Modell vom Ich und unserem Selbst hinsichtlich des Begriffs »Bewusstsein« noch etwas vertiefen. Mit großer Selbstverständlichkeit gehen wir davon aus, dass es ein Bewusstsein und ein Unterbewusstsein gibt. Genauso überzeugt sind wir davon, dass das Bewusstsein im Kopf steckt und das Unterbewusstsein irgendwo zwischen Bauch, Hirn und Herz. Aber für diese Überzeugungen gibt es keinen Beweis. Deshalb kann jemand mit exakt derselben Überzeugung behaupten, Bewusstsein entstehe nicht im Kopf, und ein Unterbewusstsein gebe es überhaupt nicht.

Wie gesagt, sind die Begriffe »Bewusstsein« und »Unterbewusstsein« in aller Munde, aber sie sind nicht eindeutig beschrieben, weil eben keiner so recht weiß, was sich dahinter verbirgt. Das Partizip »bewusst« gehört zum veralteten Verb *bewissen*, was »sich zurechtfinden« bedeutet. Bewusstsein ist damit verbunden, dass unser Ich Informationen erkennen und verarbeiten kann. Somit wird Wissen erzeugt, auf das wir wil-

lentlich zurückgreifen können – Wissen von uns und von anderen Menschen, von der Natur und vom Kosmos. Fakt ist, dass für unser Ich diese Welt mit allen ihren Inhalten nicht existieren würde, wenn es kein Bewusstsein gäbe. Denn jede Information über diese Welt – wirklich ausschließlich jede – muss immer erst durch ein Bewusstsein erkannt werden. Sind wir bewusstlos, gibt es keine Welt für unser Ich, was sich die Anästhesie zunutze macht. Und da diese Tatsache für alle Menschen gleichermaßen gilt, würde ohne Bewusstsein die Menschheit keine Alltagswelt kennen.

Woher meinen wir nun zu wissen, dass die Alltagswelt, insbesondere die natürliche Umwelt, auch ohne uns Menschen existiert? Wir können es nicht wissen, schließen es aber aus unseren Erfahrungen, die wir entsprechend interpretieren. Zum Beispiel können wir erfahren, dass ein Haus weiterexistiert, wenn Menschen dieses Haus verlassen. Und wir wissen, dass Materie, eben auch die Materie des Hauses, sich über die Informations- und Kraftbrücken zwischen den Atomen und Molekülen selbst stabilisiert. Deshalb bleibt Materie bestehen, auch dann, wenn wir die Materie nicht bewusst betrachten. Mit weiteren Indizien gehen wir nun davon aus, dass es immer eine Umwelt gibt, auch dann, wenn kein Mensch sie wahrnimmt. Da die Umwelt im Prinzip gleichzusetzen ist mit der Alltagswelt, wird, so glauben wir, also auch die Welt weiterhin da sein.

Konsens oder Konstanz?

Was damit verdeutlicht werden soll, ist Folgendes: Alles, was wir in der Umgebung als real annehmen, ist ohne jede Ausnahme nur ein menschlicher Wahrnehmungszustand, verbunden mit interpretierenden Gedanken. Es ist immer eine (geistig) erkannte und verarbeitete Information. Verarbeitete Information ist auch Interpretation, die von Mensch zu Mensch verschieden ausfällt. Damit wird jeder Wahrneh-

mungszustand subjektiv. Wo ist die Konstanz? Es gibt keine Konstanz, sondern nur Konsens. Alle Wahrnehmungen, ob Farbe oder Form, ob Himmel oder Baum, wird mit bestimmten Wortbezeichnungen versehen. Wir verabreden uns innerhalb der Menschheit auf eine möglichst umfangreiche Übereinstimmung.

Da Wahrnehmungen, Gedanken, Interpretationen und Konsens aber wiederum direkt von meinem Ich abhängen, ist allein das Ich als real innerhalb der Materiewelt anzusehen. Mein Ich ist also pure Wirklichkeit, aus der alles, wirklich alles innerhalb der materiellen Alltagswelt entsteht. Es ist die Quelle der Vernunft. Jung bezeichnet die Vernunft als die Summe von Vorurteilen und Kurzsichtigkeiten.

Alles, was vom Ich nicht erkannt wird, ist unbewusst, was bedeutet, dass es zwar auch von einem Bewusstsein informativ erzeugt, aber nicht dem Ich zur Kenntnis gebracht wird.

Wir alle wissen, dass beispielsweise unsere vegetativen Prozesse, also die Steuerung des Sympathikus und Parasympathikus und alle hormonellen und enzymatischen Steuerungen, sinnvollerweise unbewusst ablaufen. Der Begriff »das Unbewusste« wurde vom Begründer der Psychoanalyse, dem Österreicher Sigmund Freud (1856–1939), etwa im Jahr 1915 geprägt. Jung meinte dann: »Das Unbewusste ist vielleicht am besten verstanden, wenn wir es als ein natürliches Organ mit einer ihm spezifischen produktiven Energie auffassen« (Jung 1933).

Aber nur wenige Menschen wissen, dass auch alle bewussten Gedanken vor dem Bewusstwerden bereits in irgendeiner Form vorhanden sind, was dann ebenfalls mit »unbewusst« bezeichnet wird. Alles Bewusste beruht tatsächlich immer auf dem Unbewussten. Genau diese Tatsache hat bereits der deutsche Physiker und Physiologe Hermann von Helmholtz (1821–1894) durch seine Experimente mit Menschen erkannt. Er sagte, dass das Bewusstsein notwendigerweise das Resultat unbewusster Prozesse ist (Nørretranders 2002).

Die Arbeitsgruppe von John-Dylan Haynes vom Max-Planck-Institut für Kognitions- und Neurowissenschaften in Leipzig hat herausgefunden, dass, lange bevor wir glauben, eine bewusste Entscheidung zu fällen, unsere Gehirnnetzwerke bereits aktiv sind (Schnabel 2008). Es gelang den Wissenschaftlern sogar vorauszusagen, welche bewusste Entscheidung eine Versuchsperson treffen würde – dies aber mehrere Sekunden bevor die Person sich selbst darüber bewusst war. Längst bekannt ist auch, dass der Schlafwandler in seinen somnambulen Zuständen eindeutig bewusstlos ist, jedoch noch so gut auf die Umwelt reagiert, wie ein K.-o.-Geschlagener es nicht mehr vermag.

In den Fünfzigerjahren wurde mit weiteren Experimenten deutlich, dass unbewusste Signale, die als impulsartige Bilder, Symbole oder Botschaften in Filmen eingeblendet wurden (Subliminals), das Verhalten des betroffenen Publikums veränderten. Dieses Unbewusste hat viele Konsequenzen, es bedeutet eine dauernde Steuerung des Menschen durch »Vorgedanken«.

Die sich nun stellende drängende Frage ist natürlich: Wo stecken diese »Vorgedanken«, und wie entstehen sie, wer denkt die Vorgedanken? Und noch wichtiger: Können wir dieses Unbewusste bewusst steuern?

Jung postulierte als Ursprung für das Unbewusste ein Selbst, das dem bewussten Ich übergeordnet ist (Nørretranders 2002). So hatten wir es ja auch in meinem Modell oben lesen können, und ich sage noch, dass das Selbst kein Unbewusstes kennt, für das Selbst ist alle Information bewusst. Damit wird die Definition, was bewusst und was unbewusst ist, davon abhängig, ob wir den Blickwinkel des Ichs einnehmen oder den Blickwinkel des Selbst.

Jung betont ausdrücklich die schöpferische Selbstständigkeit des Unbewussten (Jung 1933). Und ihm zufolge existiert neben dem persönlichen Unbewussten ein kollektives Unbe-

wusstes. Ich erinnere an mein oben skizziertes Modell, das in diesen Argumenten identisch ist, ich nannte es das »Höhere Selbst«.

Dies aber würde bedeuten, dass das, was wir für selbstverständlich halten, so nicht stimmt: Wir sind überzeugt davon, dass wir im bewussten Alltag unser Leben durch bewusste Überlegungen führen. Wir haben eben festgestellt, dass unser Ich bewusste Überlegungen, die Vernunft, verwendet und dies die wohl wichtigste Macht des Alltags ist. Wir missachten aber, dass ein gewöhnlich vom Blickwinkel des Ichs her unbewusstes Selbst das eigentliche Agens des Lebens ist, weil es alle Information, die vom Ich erbracht wird, einsammelt, ordnet und verwendet. Dieser eigentliche Mittelpunkt unseres Lebens wird jedoch durch das Bewusstsein – so, wie es vom Ich als Gewohnheit gehandhabt wird – aus Schutzgründen vor Datenüberlastung stark eingeschränkt. Dadurch wiederum ist die mögliche Wahrnehmung über den materiellen Alltag hinaus streng zensiert. Als Folge davon leben wir ein Routineleben mit Autopilot: Bewährtes für die materielle »Konstruktion Mensch« wird immer wieder abgespult.

Genau diesen Punkt »Zensor und Autopilot« werden wir bei der Öffnung des Dritten Auges wieder heranziehen, beides muss für diese Öffnung abgeschafft werden; das Wissen darüber ist sehr wichtig.

Die Forschung zur Wahrnehmung konnte quantitativ zeigen, dass die Informationserkennung und -verarbeitung durch Bewusstsein bei etwa 40 Bit pro Sekunde liegt, aber der Sinnesinput und seine Verarbeitung im Durchschnitt bei 11 Millionen Bit pro Sekunde. Diese Differenz ist gewaltig. Obwohl Millionen Informationseinheiten pro Sekunde im Selbst verarbeitet werden können, schützt das Bewusstsein unser Ich durch eine minimale Auswahl davon. Der Vorteil dieser Zensur liegt sicherlich darin, die Kapazität im Alltag offenzuhalten, um Reize, die den Alltag ausmachen, auch unerwartete, ohne Limitierung verarbeiten zu können.

Allerdings gibt es einen weiteren Vorteil: Der notwendige Verrechnungsprozess unzähliger Informationen, ihre Deutungen und die nachfolgenden Entscheidungen, sie alle werden im unterbewussten Selbst bereits erledigt, und nur die Essenz erscheint im Ich-Bewusstsein. Dieses Konzentrat braucht dementsprechend nur noch wenig Kapazität.

Ein Speicher angesammelten Wissens

Das Unbewusste ist auch Speicher angesammelten Wissens (Erickson und Ryan 1985). Erickson zufolge ist das Unbewusste eine Schatzkammer der ungenutzten Ressourcen mit riesigem Potenzial für unsere Entwicklung. »Es ist für die Menschen sehr wichtig zu wissen, dass ihr Unbewusstes klüger ist, als sie es sind. Es gibt eine größere Fülle an gespeichertem Material im Unbewussten« (Erickson et al. 1978).

Es existieren viele klassische Beispiele dafür. Etwa die Versuche von Antoine Bechara aus den Neunzigerjahren (Bechara et al. 1997): Spielkarten wurden in zwei Stapeln so präpariert, dass sie entweder gewinnen oder verlieren. Die Probanden wurden nun aufgefordert, entsprechende Karten aus den Stapeln zu ziehen. Gemessen wurden währenddessen die Hautleitfähigkeiten, die allgemein erhöht sind, wenn bestimmte Gefühle vorherrschen. Als Ergebnis kam heraus, dass, bevor das Bewusstsein der Probanden die Lage richtig checken konnte, die Leitfähigkeit bereits die richtige Entscheidung anzeigte. Das Unbewusste hatte schneller eine Entscheidung getroffen als das konzeptgewohnte Bewusstsein (Haken und Schiepek 2006). Und das Bewusstsein hatte dabei keine Ahnung von der Entscheidung des Unbewussten.

Der amerikanische Psychologe Julian Jaynes (1920–1997) mit Lehrstühlen an den Universitäten Harvard, Yale und Princeton, der bereits 1976 hochinteressante Thesen zum Unbewussten aufstellte, brachte das schöne Wortspiel: »Das Bewusstsein macht einen sehr viel geringeren Teil unseres Seelen-

lebens aus, als uns bewusst ist – weil wir kein Bewusstsein davon haben, wovon wir kein Bewusstsein haben« (Jaynes 1988). Er sagte damals weiterhin zum Ursprung des Bewusstseins:

»Völlig undenkbar, dass sich die Innenwelt des Bewusstseins auf irgendeine Weise aus bloßen Molekül- und Zeitansammlungen hätte bilden können. Bei der Evolution des Menschen muss mehr mitgespielt haben als lediglich Materie, Zufall und Überleben ... So wie das Merkmal ›Nässe‹ nicht vollständig in den Merkmalen ›Wasserstoff‹ und ›Sauerstoff‹ aufgeht, so hat sich Bewusstsein an einem bestimmten Punkt des Evolutionsprozesses als neues Merkmal gebildet, das sich nicht auf seine Strukturkomponenten reduzieren lässt.«

Ich gehe davon aus, dass unser Selbst als unbewusste Organisation des Ichs kein Zentrum in uns hat, sondern überall und in allem ist. Wir sind durchdrungen von geistig-seelisch verwertbarer Information aus der Selbst-Quelle. Alles ist davon durchdrungen. Diese geistig verwertbare Information ist ein universell verbreitetes Feld, das alle Materie durchdringt. Und dieses Feld hat von uns die Bezeichnung »Unterbewusstsein« bekommen, weil wir an diesem Feld teilhaben. Wer ist »wir«? Unser Ich und unser Einfaches Selbst als Spiegelung und dann noch unser Höheres und Wahres Selbst – alle zusammen als »Selbst-Instanzen« bezeichnet.

Die Verbreitung der allumfassenden Information in allem wird bereits mit Hinweis auf Gott von Jesus propagiert. Es gibt eine Schrift mit dem Titel *Die geheimen Worte Jesu*, auch als »Thomasevangelium« bekannt, die von circa 390 n. Chr. bis 1945 im Wüstensand Ägyptens bei Nag Hammadi verborgen und konserviert war. Diese Schrift ist deshalb so interessant und wertvoll, weil sie am nächsten an die wahren Worte

des Menschen Jesus herankommt. Alle anderen Evangelien der Bibel sind viel später entstanden und durch diverse Interpretationen und Übersetzungsfehler eventuell verfälscht. Leider wurde dem Thomasevangelium die Aufnahme in die Bibel versperrt. Der Vatikan sah das neue Evangelium als Ketzerei an; die Inhalte störten die damaligen Ansichten der Amtskirche.

Die Übersetzung aus der aramäischen Sprache lässt Jesus sagen, das Reich Gottes sei inwendig von uns und überall um uns herum, nicht in prachtvollen Gebäuden aus Holz und Stein. Man spalte ein Stück Holz, und er sei darin. Man hebe einen Stein, und man werde ihn finden. Wem sich die Bedeutung der Worte entschlüssele, der werde nicht des Todes sein.

Wir werden im Zusammenhang mit der Quantenphilosophie erfahren, dass das Selbst seine Heimat im masselosen Vakuumbereich hat und dass dieser Vakuumbereich in allem und überall zu finden ist und das ganze Universum ausfüllt. Das Vakuum ist die Phase, die keinerlei Massen beherbergt. Jede Materie, auch unser Körper, besteht zu mehr als 99,99999999 Prozent des Raumvolumens aus masselosem Raum. Nur 0,000000001 Prozent sind Masse. Dementsprechend ist das Selbst in dieser Phase zu finden, die mehr als 99 Prozent in allem ausmacht.

Un(ter)bewusstes bewusst machen – der Hypnose- Trance-Zustand

Wir hatten ausgeführt: Die vom Ich aus gesehen unbewussten Selbst-Instanzen sind die eigentlichen Mächte der Geist-Seele-Welten, und sie delegieren die Macht über den Materiekörper an das Ich. In den Geist-Seele-Welten steckt ein riesiges Potenzial an Information und Energie und könnte bei bewusstem Zugriff ungeheure Leistungen erbringen. Ein Fenster dorthin öffnet sich im Traum, bei der Hypnose, also in Trance, und auch in der Nahtod-Phase. Diese Naturphänomene sind so alt

wie die Menschheit selbst. Es sind genau diejenigen Momente, in denen der Mensch durch den Abbau des beschriebenen Zensors Zugriff zum »Unterbewusstsein«, also zum Selbst, hat (Stadler 1980).

Der Abbau des Zensors öffnet das Tor für jede Art von Suggestionen. Menschen reagieren auf Suggestion mit Veränderungen der Wahrnehmung, des Gedächtnisses, der Motivation und des Gefühls der Selbstkontrolle unter Umgehung des Ichs (Jovanovic 1988). Der französische Apotheker Émile Coué (1857–1926) wusste sehr überzeugend, dass jeder Mensch sich selbst heilen könne durch Autosuggestionen, die letztlich die Vorstellung zur Heilung sind. Heute kennen wir diesen Effekt als »Placebo« und »Nocebo« (von den lateinischen Wörtern *placebo* für »Ich werde gefallen« und *nocebo* für »Ich werde schaden«). Es gibt viele Experimente dazu, eines ist geradezu klassisch geworden, da es seit vielen Jahren kolportiert wird: Der ungarische Hypnosetherapeut Franz Völgyesi (1895–1967) stellte in der Malaria-Abteilung eines Militärkrankenhauses während der Nacht unbemerkt die Uhr um eine halbe Stunde zurück. Prompt verschoben sich die regelmäßig um die gleiche Zeit auftretenden Malariafieberanfalle (Stadler 1980).

Auch Hypnose beruht auf Suggestionen. Wirkfaktoren der Hypnose sind der Glaube und das Vertrauen. Gleichmaßen funktioniert der Glaube an die Arznei, die Behandlungsmethode, die Therapie des Arztes. Dieses Vertrauen ist eine Notwendigkeit, um optimal in die Körpermaterie hineinzuwirken. »Hypnose ist nicht nur die älteste, sondern auch eine der potentesten psychologischen Methoden – von psychoaktiven Drogen abgesehen –, die Wirklichkeitskonstruktion eines Menschen zu verändern« (Peter 2001).

Aber warum ist das so? Wir schließen aus dem Hypnoseeffekt, dass durch Trance und Suggestion die Ressourcen, die im Unterbewusstsein existieren, nutzbar gemacht werden

können. Die Suggestion ist aber unwirksam, wenn sie nicht als Vorstellungskraft vom Probanden umgesetzt wird (Kaiser Rekkas 2001). Die geeignete Vorstellung dafür gelingt am sichersten durch Visualisierung und Imagination (Revenstorf 2003). Wenn wir unseren Willen wirken lassen, zum Beispiel den Arm zu heben, ist meistens die Vorstellung die treibende Kraft (Jovanovic 1988). So können wir Hypnose und Suggestion auf Vorstellung, Visualisierung, Imagination herunterbrechen.

In allen Kulturen der Welt versetzte man sich schon zu allen Zeiten in Trance, um mehr Informationen zu erhalten, als der Alltag zulässt (Bongartz und Bongartz 1998). Besonders für Heilungszwecke scheint der Trancezustand offensichtlich wirksam zu sein (Schmidt 2005). Wichtig für uns zu wissen ist, dass Trance eine natürliche Eigenschaft jedes Menschen ist. Sie ist neben Schlaf, Traum und dem Wachbewusstsein ein weiterer Wahrnehmungszustand. Trance kann spontan auftreten oder durch besondere Maßnahmen eingeleitet werden. Immer wieder berichten Menschen beispielsweise, dass sie während langer Autofahrten in eine Art Trancezustand gleiten, wobei alle notwendigen Aufmerksamkeiten und Steuerungen automatisch erfolgen – wie in Funktion eines Autopiloten. Aber auch beim Dauerlauf oder Marathon entsteht relativ häufig ein Trancezustand.

Sicherer ist die Tranceeinleitung unter kontrollierten Bedingungen zu Hause oder an einem Wohlfühlort. Der Mensch ist in Trance tief entspannt, die Augen sind geschlossen, das Empfinden ist ganz nach innen gerichtet, und er ist passiv aufmerksam für einfließende Informationen. Eine wichtige Eigenschaft der Trance ist die sogenannte Dissoziation, wobei unbewusst Teile der Person abgespalten werden. Zum Beispiel kann die Schmerzempfindung abgekoppelt sein oder auch das Blutbild, der Blutdruck oder einzelne Hormone (Bongartz und Bongartz 1998, Schmidt 2005).

Das Wichtigste am Trancezustand ist aber wohl die Befreiung von den vom Ich angewöhnten, angelernten und konditionierten Vorurteilen und Einstellungen, die den Zensor darstellen. Das ist eine unbedingte Voraussetzung dafür, neue Wahrnehmungen zu ermöglichen und Dinge zu beeinflussen, die ansonsten tabu sind.

Am leichtesten kann Trance durch Meditation erreicht werden. Meditation heißt aus dem lateinischen *meditari* übersetzt »zum Zentrum bewegt werden«. Es geht hier nach C. G. Jung um Inhalte, die mit dem Alltagsbewusstsein nicht erreicht werden können (Jung 1960).

Wachbewusstsein – Traumbewusstsein, bewusst – unbewusst

Wir hatten ausgeführt, dass das Bewusste erst durch das Unbewusste zustande kommt. Jeder perzipierte Reiz wird im Gehirn über den Thalamus geführt, dessen Aktionen wir nicht bewusst wahrnehmen können. Der präfrontale Cortex im Stirnbereich entscheidet dann, ob die Informationen vom Thalamus zu den verschiedenen Zentren des Großhirns (Neocortex) weitergeleitet werden oder nicht. Erst dann, wenn die Informationen in den Neocortex-Zentren auftauchen, werden sie uns teilweise bewusst. Warum das so ist, also warum die Aktivität von Neuronen im Neocortex bewusste Wahrnehmung vermitteln kann, weiß man heute noch nicht, aber man kann darüber plausibel spekulieren. Das wollen wir an anderer Stelle auch ausführlich machen. Hier sei nur gesagt: Jede elektrische Aktion, auch diejenige in Neuronenzellen, ist mit der dritten Urkraft der Natur verknüpft, der »Schwachen Wechselwirkung«. Dazu kommt die »Elektromagnetische Kraft«, wobei beide zusammen, also die Schwache Wechselwirkung und die Elektromagnetische Kraft, die Bezeichnung »Elektroschwache Kraft« bekommen haben. Die Schwache Wechselwirkung korrespondiert wiederum einerseits mit den

Massen unserer Körpermaterie, andererseits mit einer mysteriösen Energie, der universellen Dunklen Materie. Die Dunkle Materie ist eng mit der alles ausfüllenden Vakuumphase verknüpft. Die Vakuumphase wiederum ist mit ungeheuren Mengen an Energie und angesamelter Information angefüllt und durchdringt das gesamte Universum. Das hatten wir bereits auch für das Unterbewusstsein und die Selbst-Instanzen postuliert. Deshalb scheint die Welt unserer Selbst-Instanzen, also unser Unterbewusstsein, sowohl mit der Vakuumphase identisch zu sein als auch mit der Dunklen Materie und Dunklen Energie sowie der Schwachen Wechselwirkung verbunden zu sein.

Wenn also ein Aktionspotenzial über das Neuron im Gehirn läuft und dafür Membrankanäle geöffnet werden, was letztlich wiederum die Spins (Rotationsmomente) der Elektronen bewirken, dann sind dafür die Schwache Wechselwirkung und die Elektroschwache Kraft mit Beteiligung der galaxieweit verbreiteten Dunklen Materie verantwortlich. Das heißt letztlich – logisch gefolgert –, dass bei jeder Neuronenaktivität und deren bewussten oder unbewussten Folgen das Universum informiert wird. Das Bewusstsein beziehungsweise Unterbewusstsein als der entscheidende Informationsschalter ist dementsprechend universell verbunden – und damit ein wichtiges Merkmal unseres Lebens. Indizien für diese spekulative Aussage sind zahlreich. Wir werden sie später darstellen.

Was wir dann »bewusst« nennen, ist eine Kopplung von lokal-zeitlich entschlüsselter Information und – über die physikalische Angliederung an die Dunkle Materie – universeller Information durch den Wesenskern Ich. Was unbewusst ist, wurde dagegen durch den Zensor vom Wesenskern Ich ferngehalten und nur den Selbst-Instanzen einverleibt. Der Grund für die umfangreiche Zensortätigkeit ist – wir hatten es bereits betont – die Vorsorge, nicht von zu viel Information überwältigt zu werden. Aber ein kurzfristiges, willentlich er-

