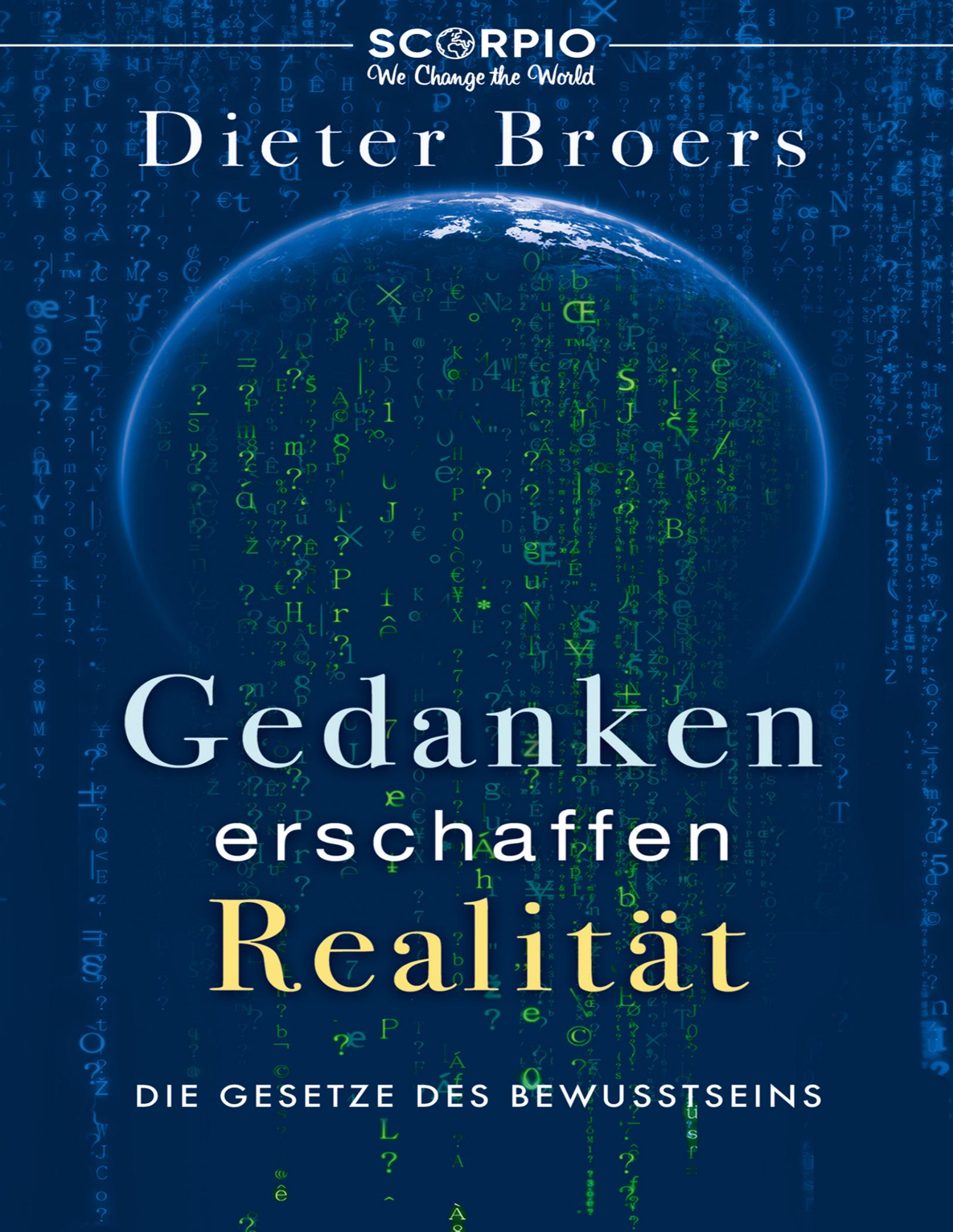


SCORPIO
We Change the World

Dieter Broers



Gedanken
erschaffen
Realität

DIE GESETZE DES BEWUSSTSEINS

SCORPIO
We Change the World

DIETER BROERS

Gedanken erschaffen Realität

DIE GESETZE DES BEWUSSTSEINS

SCORPIO
We Change the World

Zum Buch Wie kann der Glaube Berge versetzen? Warum formt Geist Materie, und nicht umgekehrt? Wie unterscheidet sich die Wirkung von Intellekt und Emotion? Warum werden wir im Alter weiser? Wo sitzt das Bewusstsein? Ist ein Teil von uns tatsächlich unsterblich? Das sind fundamentale Fragen der Menschheit. Bisher wurden sie jenseits von Expertendiskussionen gar nicht, unzureichend oder falsch beantwortet. Der Normalbürger des dritten Jahrtausends ist über das, was wirklich hinter den Phänomenen des Lebens steckt, vollkommen uninformiert bzw. desinformiert. Dieter Broers gibt Einblicke in die tatsächliche Identität und Wirkweise unseres Bewusstseins. Dabei stellt er verfestigte Doktrinen auf den Kopf und sorgt mit klar nachvollziehbaren Schlussfolgerungen für Aha-Effekte. Kein anderes Buch vermittelt auf derart plausible Weise eine stimmige Grundphysik unserer Gedankenwelt und gesteht damit dem menschlichen Geist faktische Gestaltungskraft zu.

1. eBook-Ausgabe 2022

© 2010 Trinity (jetzt Scorpio Verlag), ein Imprint der Europa Verlage GmbH, München

Logoentwurf: Hauptmann und Kompanie, Zürich

Umschlaggestaltung: Danai Afrati, München, nach einem Motiv von David Hauptmann, Zürich

Satz: Robert Gigler, München

Konvertierung: Bookwire

ePub-ISBN: 978-3-95803-548-5

Das eBook einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Der Nutzer verpflichtet sich, die Urheberrechte anzuerkennen und einzuhalten.

Alle Rechte vorbehalten.

www.scorpio-verlag.de

Inhalt

Vorwort

Vorwort von Dr. med. Leo Steib

Einleitung

1. Unvergesslich - Erinnerungen auf Abruf

2. Die erdachte Welt

Gedanken steuern Materie

Die Bausteine des Universums

Die Entdeckung der Nonlokalität

Übertragungswege und Übertragungsweise

3. Die Bausteine von Geist und Welt

Die Kraft von Gefühl, Wille und Glaube

Verortung von Geist und Bewusstsein

Entstehung und Konsequenzen von Gedanken

Was ist Geist?

Die Erweiterung der Wirklichkeit

Auf den Spuren des Quantenäthers

Quantenphysik - die (fast) unbemerkte Revolution

Quantenphysik und Gehirn

4. Das Gehirn als Schlüsselorgan

Das neuronale Steuerungssystem
Das Hologramm in uns
Moleküle der Gefühle

5. Der Mensch als Mitschöpfer

Das Weltbild William Tillers
Das Modell von Karl Popper und John Eccles
Die Entdeckungen Roger D. Nelsons

6. Das Wunder ist beweisbar

Herz und Gehirn im Zustand der Liebe - Harmonie
durch Kohärenz
Die Vermessung des Unsichtbaren
Konsequenzen für uns und unseren Alltag

Danksagung

Literatur- und Quellenverzeichnis

Vorwort

Liebe Leser,

als ich vor achtzehn Jahren das Buch »*Die Realitätenmacher. Die Physik des Bewusstseins*« schrieb, erschienen meine Herleitungen vielen Lesern zu unverständlich oder exotisch. Was ich für bedauerlich halte, da es sich bei diesem Thema um ein fundamentales Naturgesetz handelt, da unsere Geistesbilder - ob nun bewusst oder unbewusst - tatsächlich die äußere Realität erschaffen. Im Jahr 2010 erschien dann die vorliegende, überarbeitete Version mit dem Titel »*Gedanken erschaffen Realität - Die Gesetze des Bewusstseins*«. Seitdem hat sich viel getan und viele Forscher konnten zwischenzeitlich dieses Naturgesetz experimentell bestätigen.

Ich möchte noch einmal in Erinnerung rufen, dass die bisherige Basis für meine Aussage »Gedanken erschaffen Realität« auf dem sogenannten Beobachtereffekt beruht. Was zunächst einmal bedeutet, dass allein unsere **Beobachtung** sich auf unsere Realität auswirkt (Beobachtung ist die zielgerichtete, aufmerksame Wahrnehmung von Objekten, Phänomenen oder Vorgängen ...¹). Dieser Beobachtereffekt war Ergebnis des berühmten Doppelspaltexperiments, wofür der Physiker Thomas Young bereits 1802 den Grundstein legte, mit dem er zunächst die

Wellennatur des Lichtes beweisen wollte. Obwohl es seinen zahlreichen Nachfolgern - durch immer verfeinerte Versuchsanordnungen - immer häufiger gelang, den Beobachtereffekt nachzuweisen, ist seine eigentliche Bedeutung den meisten Menschen nach wie vor fremd.

Im besten Fall reduzierte man diesen Beobachtereffekt auf den Mikrokosmos. Offenbar passte dieses Naturgesetz nicht in den allgemeinen Rahmen unserer Glaubenskonzepte. Denn in letzter Konsequenz bedeuteten diese Forschungsergebnisse, **dass wir mit unseren geistigen Bildern unsere Realität tatsächlich beeinflussen und sogar erschaffen.**

Obwohl sich am Inhalt dieses Buches nur wenig geändert hat, möchte ich an dieser Stelle noch auf ein paar aktuellere Erkenntnisse hinweisen. Fünf Jahre nach dem Erscheinen der Erstausgabe »*Gedanken erschaffen Realität...*« wurden zu diesem Thema Forschungsergebnisse veröffentlicht, die offenbar den geringsten Zweifel an dieser Tatsache ausräumten.

So erschien 2015 in dem renommierten Wissenschaftsmagazin *Nature* ein Artikel hierzu, in dem es heißt: **»Gemäß einer bekannten Theorie der Quantenphysik, ändert sich das Verhalten eines Teilchens, je nachdem, ob es einem Beobachter unterliegt oder nicht. Sie stellt im Grunde dar, dass die Realität eine Art von Illusion ist und nur dann existiert, wenn wir hinsehen.** Zahlreiche Quantenversuche wurden in der Vergangenheit durchgeführt und zeigten, dass dies tatsächlich der Fall ist. Physiker an der Australian National University haben nun weitere Belege für die illusorische Natur der Realität gefunden. Sie wiederholten das »*Delayed-Choices-Experiment*« von John Wheeler - ebenfalls ein Doppelspaltexperiment - in einer etwas abgeänderte Form.

Prof. Andrew Trescott von der ANU sagt dazu: »Auf der Quantenebene existiert so lange keine Realität, bis wir sie beobachten ... Erst als wir sie (Anm.: die Materie) am Ende ihrer Reise gemessen haben, zeigte sie ein Verhalten - als Teilchen oder Welle - und erst das brachte sie in die Existenz.«

Trotz der zahlreichen wissenschaftlichen Beweise fällt es uns Menschen aber immer noch sehr schwer, zu erfassen, was dieses Experiment für uns tatsächlich bedeutet. John A. Wheeler, der Nachfolger von Albert Einstein an der Princeton University, gilt als kompetentester Experte auf diesem Gebiet. **Er sagte: »Quantenphänomene sind undefiniert, bis zu dem Moment, wo sie gemessen, bzw. beobachtet werden. Bereits das potentielle Wissen, als Ahnung oder Intuition, aber auch als Glaube - im Sinne des Beobachtereffekts - reichen aus, um ein Quant (Anm.: ein Elementarteilchen) zu aktivieren.«**

Das grundsätzliche Verständnisproblem liegt für unseren Verstand darin, dass - auch wenn wir akzeptieren können, dass die oben beschriebenen Tatsachen bedeuten, dass sich jedes Mal, wenn wir unsere Aufmerksamkeit, bewusst oder unbewusst, beobachtend auf etwas richten, sich durch diesen Vorgang ein Schöpfungsprozess ereignet - wir das offenbar aber für eine sehr kleine Wirkung halten, weil bei den Experimenten »nur« das Verhalten von Elementarteilchen beobachtet wurde. Wir scheinen immer noch ein Problem damit zu haben, diese bewiesenen Tatsachen gedanklich auf einen größeren Wirkungsbereich zu beziehen.

Es sei erwähnt, dass die Dauer und die Intensität unserer Beobachterrolle auf ein entsprechendes Gedankenbild darüber entscheiden, wie deutlich sich dieser Schöpfungsprozess auswirkt. Mit anderen Worten, ein

flüchtiger und emotionsloser Gedanke bewirkt nur geringfügige Spuren in unserer Realität, wohingegen ein stark ausgeprägtes Gedankenbild, welches mit starken Emotionen unterlegt ist, die Realitätsdeutlichkeit entsprechend erhöht.

Diese Tatsache bedeutet auch, dass wir nicht nur die Schöpfer unserer Realität sind, sondern auch die Verantwortung² hierfür tragen. In letzter Konsequenz bedeutet das, **der Denker und das Gedachte sind eins - sie sind non-lokal miteinander verbunden**. Diese eher philosophisch erscheinende Aussage ist eine der Grundsätze der Quantenphysik. Dieser Vorgang wird »Non-Lokalität« genannt, was bedeutet: **Der Beobachter IST das Beobachtete**.

Hierzu bemerkte John A. Wheeler: **»Aus der Perspektive der Quantenphysik existiert kein ›Draussen‹. Tatsächlich sind wir eher Teilnehmer als nur Beobachter unseres Universums; wir sind teilnehmende Beobachter. Unsere Beobachtung erschafft die Welt (mit), die wir beobachten.«**

Sein Kollege Burkhard Heim ging noch einen Schritt weiter, indem er aus seinen Forschungsergebnissen herleitete: **»Quantenphysik und Relativitätstheorie sagen uns, dass es nichts wirklich Objektives gibt. Alles hängt direkt mit dem Beobachter zusammen. D. h. zum Beispiel, dass es keine objektive absolute Zeit gibt, sondern alle Zeit abhängig von der Relation von Subjekt und Objekt ist.«**

Das bedeutet für uns, **dass wir uns unsere eigene Realität erschaffen können, eine Welt, die unseren bewusst gewählten Vorstellungen entspricht**. Das setzt allerdings voraus, dass wir uns über unsere Schöpfungen bewusst sind und unsere Gedanken besser kontrollieren müssen. **Im Sinne unseres evolutionären Auftrags**

sollten wir darauf achten, dass unsere Manifestationen aus der Freude entstehen.

Ich schrieb dieses Buch mit der Absicht, genau auf unseren evolutionären Auftrag hinzuweisen und möglichst viele suchende Menschen an ihre ursprünglichste Schöpferkraft zu erinnern. Noch leben wir in einer Welt des Erwachens, in einer Phase des Übergangs von der Welt des Leidens in eine Welt der Auflösung von Ursache und Wirkung - was u. a. die Auflösung des Karmas bedeutet. **Im Zustand der Unbewusstheit übernehmen wir die meisten Gedanken und Meinungen von anderen und manifestieren damit ihre Visionen.**

In der alten Welt - die ich Erde 1.0 nenne - übernahmen wir die Konzepte von unseren Eltern, dann von unseren Lehrern, später von unseren Vorgesetzten, Idolen und Vorbildern. **Diese einseitigen Prägungen unterdrückten die Erinnerung an unsere Souveränität, unsere Göttlichkeit.** In der Finalphase des Erwachens werden die Prägungsprogramme der Verhinderer unserer Erlösung extremer. Inzwischen werden diese Programme in immer größerem Maße von den sogenannten Mainstream-Medien ausgesendet. Sie vermitteln uns Botschaften, deren Wahrheitsgehalt wir als manipulierte Wesen kaum überprüfen können.

Über die Verhinderer-Programme werden wir vom Subjekt zum Objekt, d. h. vom Drehbuchautor, Produzent und Regisseur unserer eigenen Wirklichkeitsinszenierung **zum Statisten in den Wirklichkeitsinszenierungen anderer.**

Diese Spiele gehören in einem begrenzten Maß zum Erfahrungsprogramm der Erde 1.0, in der Welt, in der es letztlich um die Erkenntnis - Erinnerung - unserer Göttlichkeit geht. **In diesem Sinne gehören die sogenannten Verhinderer zu den Spielfiguren.**

Im Idealfall geht es bei einem Wettbewerb der Lebensvorstellungen fair zu, und es kommt zu »Wirklichkeitsvereinbarungen«, bei denen die Interessen ausgewogen sind. Was bedeutet, dass der **sogenannte freie Wille für beide Seiten unbegrenzt berücksichtigt wird**. Dieser Idealfall aber setzt voraus, dass sich jeder seiner Möglichkeiten bewusst ist und von niemandem an der Nutzung seiner Möglichkeiten gehindert wird, was in widernatürlicher Weise kaum je der Fall war.

Der Mensch ist in seinem Kern ein soziales Wesen. Zivilisationen konnten auf diese Weise entstehen, aber nicht überall auf der Welt geschah dies im gleichen Tempo. Der unterschiedliche Entwicklungsgrad führte zur Überlegenheit der einen gegenüber der anderen Zivilisation und damit zu Ausbeutung und absichtlichem in Unwissenheit halten, am Ende zu Versklavung oder Vernichtung ganzer Völker und ihrer Lebensgrundlagen. Dabei ist es wichtig zu wissen, dass in den natürlichen Evolutionsprozess der Menschheit seit Ewigkeiten von außen immer wieder eingegriffen wurde und das zu unterschiedlichen Zeiten und an verschiedenen Orten, mit dem Ergebnis sehr weit voneinander abweichender Entwicklungen.

In der heutigen Zeit des Erwachens wachen immer mehr Menschen auf und realisieren, in welchem Irrsinn sie leben. Sie suchen nach alternativen Modellen und finden sich zusammen, um sich von den Fesseln der Irrtümer unserer »Zivilisation« zu befreien und neue Wirklichkeitsvereinbarungen miteinander zu treffen. Das mag an manchen Stellen noch utopisch erscheinen und unrealisierbar, aber gerade die Entwicklungen der jüngsten Vergangenheit haben uns gezeigt, dieser Weg ist alternativlos. Sich nicht mit der Notwendigkeit einer Umkehr der Verhältnisse zu befassen und tatenlos

zuzusehen, wie sich alle Errungenschaften unserer Zivilisationen in eine zunehmend unmenschliche und lebensfeindliche Richtung entwickeln, ist wie eine Art kollektiver Selbstmord auf Raten.

Gedanken erschaffen Realität, doch in welcher Realität möchte ich leben? Diese Frage sollten sich alle Menschen stellen, die sich eine Welt in Harmonie und Freude ersehnen. Denn diese Zustände zählen zum Ursprungsraum unseres Wesenskerns.

Die Welt der Quantenphysik erinnert unser Verstandesbewusstsein an unser göttliches Erbe. Wenn wir durch diese Selbst-Erkennntnis soweit sind, dass wir verinnerlicht haben, dass Geist und Materie untrennbar sind und unseren Geist auf die Wirklichkeit richten, in der wir leben wollen, können wir eine neue Welt, ich nenne sie Erde 2.0, erschaffen, in der alle Lebewesen ein lebenswertes Leben führen können.

Dieter Broers
August 2022

- 1 gegebenenfalls unter Verwendung technischer Hilfsmittel. Im Gegensatz zu Messungen zielen Beobachtungen weniger auf quantitative Erfassung der Objekte als auf qualitative Daten.
- 2 **Verantwortung** ist vorrangig die Fähigkeit, das eigene Können und die möglichen Folgen von Entscheidungen einzuschätzen und so zu handeln, dass die erwarteten Ziele mit größter Wahrscheinlichkeit erreicht werden.

Vorwort von Dr. med. Leo Steib

Ich schätze mich glücklich, Ihnen ein Buch vorzustellen, das eine bahnbrechende Wirkung im Bereich der Wissenschaft erzielen wird. Es wird dem empirischen Materialismus und Behaviorismus die Existenzberechtigung entziehen – auf eine leise, aber umso zwingendere Art. Ein altes Paradigma wird ersetzt durch einen gelungenen wissenschaftlichen Erklärungsweg, der die Basis für Humanität und Menschenfreundlichkeit bietet.

Im Laufe der Geschichte war oft Unwissenheit die Ursache für Machtexzesse und Grausamkeiten. Doch der dumpfe, sich selbst beschränkende Materialismus wird in Zukunft nicht mehr ohne Widerspruch bleiben können. Er wird als Ausdruck geistiger Bequemlichkeit verworfen werden. Immer mehr Menschen protestieren innerlich gegen die akademische Arroganz, mit der ein notwendiger Phasenübergang von physikalischen Erkenntnissen zu spirituellen Gewissheiten verweigert wird. Es ist Zeit für eine Umkehr. Der Lohn wird der weite Blick vom Gipfel sein – nach einem mühsamen Aufstieg.

Natürlich kann man auch beschließen, im Tal zu bleiben und die Transzendenz zu meiden. Doch die Menschheit steht am Abgrund, und Heilung ist dringend notwendig. Dieses Werk enthält die Impulse dafür. In einer Epoche

massiver Umwälzungen stellt Dieter Broers in Bezug auf die menschliche Existenz die Frage nach dem Warum. Seine Antwort ist ebenso klar wie eindringlich: Es ist die persönliche Verantwortung. Getragen wird sie durch die sichtbare Verknüpfung mit den uns umgebenden Wesenheiten und Wirkmächten, durch ein kosmisches Bewusstsein, das sich seiner erschaffenden Kräfte sicher sein kann. Eine neue Seite im Buch des menschlichen Bewusstseins wird aufgeschlagen. Lesen wir darin!

Dr. med. Leo Steib

Einleitung

Vor einigen Jahren las ich einen Satz, der mich sofort in seinen Bann zog: »*Mit der Ruhe der Seele und einem gelassenen Herzen wirst du auch die schwierigsten Hürden meistern.*« Intuitiv fühlte ich mich angesprochen von diesen Worten. Sie vermitteln, was immer mehr Menschen ahnen: Der Verstand allein ist es nicht, der uns in unserer persönlichen Entwicklung beflügelt. Wir mögen mithilfe von Büchern Wissen ansammeln, in Seminaren neue Denkhorizonte erschließen oder uns durch Begegnungen inspirieren lassen – dennoch spüren wir, dass Herz und Seele beteiligt sein müssen, wenn wir uns auf den Weg der inneren Transformation begeben, wenn wir Weisheit suchen, vielleicht sogar Erleuchtung. Wie aber beschreiten wir diesen Weg? Wie finden wir zur Ruhe der Seele und zu einem gelassenen Herzen?

Unsere westliche Kultur macht uns die Suche nicht gerade einfach. Wir sind geprägt von der Überzeugung, dass uns mit der Ratio eine Schlüsselkompetenz zum Verständnis der Welt gegeben sei. Vor allem Logik und Analyse gelten als taugliche Instrumente der Welterschließung. Individuelle Wahrnehmungen oder gar Gefühle werden dagegen als subjektive Blickwinkel verworfen. Welcher Wissenschaftler würde schon eine Studie veröffentlichen, die auf seelischen Empfindungen

basiert? Und welcher Leitartikler würde sich auf die Wahrheit seines Herzens berufen, wenn er ein Problem beleuchtet und bewertet? In einer Gesellschaft, die Fakten, Zahlen und andere messbare Details für relevant hält, hätten weder der Wissenschaftler noch der Journalist eine Chance - sobald sie den Pfad der reinen Rationalität verlassen.

Dabei ist den wenigsten klar, dass die Realität keineswegs eine feste empirische Größe ist. Das Gegenteil ist der Fall. Pointiert gesagt: Unser Gehirn ist es, das die Realität erschafft. Es erzeugt unentwegt Projektionen, die wir für wirklich halten und die wir durch Wiederholung zementieren. So entsteht eine subjektive Normalität. Allmählich stellt sich Routine im Umgang mit dieser selbst erzeugten Wirklichkeit ein, bis wir sie nicht mehr hinterfragen. Wie Roboter, die nur innerhalb der Grenzen ihres festgelegten Programms agieren können, folgen wir unseren festen Strukturen und selbst erschaffenen Abläufen.

Der Mensch, ein Roboter? Ich gebe zu, dass die Diagnose eines programmierten Maschinenwesens nicht gerade schmeichelhaft für die Spezies Homo sapiens ist. Dennoch gilt sie für Millionen von Menschen. Täglich folgen sie den gleichen Gewohnheiten und den gleichen Rhythmen. Täglich unterwerfen sie sich den eingefahrenen Mechanismen des Denkens und Handelns, unfähig, sich selbst als Objekte der eigenen Realität zu erkennen. Möglich wird das, weil sie wichtige interaktive Fähigkeiten ausblenden: instinktive Wahrnehmungen beispielsweise, authentische Reaktionen oder die Kraft der Intuition. All das wurde uns biologisch als uraltes menschliches Erbe mitgegeben. Doch diese Fähigkeiten schlummern, überlagert von den Geboten des Verstandes. Er hat die

Macht übernommen und diktiert die gesamten Lebensabläufe.

Ich beobachte häufig Menschen, wenn ich im Straßencafé oder auf einer Parkbank sitze. Oft wirken sie getrieben, nahezu ferngesteuert, nicht aber wie souveräne Individuen, die ihr Leben in der Hand haben. Ich halte dies für das Symptom einer Gesellschaft, die den einzelnen Menschen und die Fülle seiner Möglichkeiten empfindlich einschränkt. Ist er erst einmal auf seine eigene kleine Welt konditioniert, verfolgt er sein Handlungsschema mit nahezu manischer Beharrlichkeit. Alles, was die Routine stört, wird dabei ausgegrenzt und abgelehnt. Wer sich aber nach außen hin abschottet, verliert allmählich den Kontakt zur Außenwelt, bis er innerlich vereinsamt. Derart isoliert und unfrei geworden, kann sich das Individuum der Welt nicht mehr öffnen und reagiert auf andere Menschen mit zunehmender Distanziertheit.

Diese Vereinsamung wird durchaus als Unbehagen empfunden, ohne dass jedoch die Gründe immer durchschaut werden. Auf einer unbewussten Ebene sucht der Betroffene dann nach Möglichkeiten, seine Einsamkeit zu kompensieren. Optionen dafür gibt es genug. Die westliche Industriegesellschaft bietet ihm mit offensivem Konsum und vielerlei Freizeitaktivitäten nahezu unbegrenzte Ablenkungen. Doch all das kann die Defizite nur überdecken, nicht lösen. Im irrigen Glauben, dann sei eben ein Mehr an Konsum und Zerstreuung nötig, wird die Kompensation auf die Spitze getrieben - »immer mehr, immer schneller« heißt die Devise. Doch wir alle wissen: Erfüllte Wünsche und erreichte Ziele mögen uns eine gewisse Zeit befriedigen, dauerhafte Glückseligkeit jedoch bescheren sie uns nicht. Ist ein ersehnter Gegenstand gekauft, sind die anvisierten Ziele zum Greifen nah, lockt bereits der nächste Wunsch. So hasten wir von Höhepunkt

zu Höhepunkt und bemerken nicht, dass unsere Seele und unser Herz davon unberührt bleiben. Da ist keine innere Freude, kein Leuchten, keine Erfahrung eines tieferen Sinns, nur oberflächlicher Aktionismus.

Selten wird dieser Circulus vitiosus unterbrochen. Dafür ist schon ein Anlass nötig, ein besonderes Erlebnis, leider häufig ein negatives. Wenn traumatische Schicksalsschläge uns an die Grenzen des Schmerzes führen, wird der Zirkel instabil. Alles, was Halt und Orientierung in der selbst erschaffenen Wirklichkeit gab, bricht zusammen. Jeder, der dies einmal erlebt hat, weiß, dass dann Ängste aufkommen. Doch er macht auch eine ganz neue Erfahrung: Plötzlich ist es ihm möglich, die eingefahrenen Bahnen zu verlassen. Er wird geradezu gezwungen, eine Standortbestimmung vorzunehmen: Wer bin ich? Was macht mich als Individuum aus? Gibt es noch eine andere Welt als die, in der ich mich so sicher bewegt habe? Kann ich mir andere Wirklichkeiten erobern?

Diese komplexe Sichtweise ist ein Geschenk, so dramatisch die Schicksalsschläge auch zunächst erscheinen mögen. Übergroßes Leid und scheinbar unlösbare Konflikte führen uns über die Grenzen des Verstandes hinweg auf die andere Seite. Die eindimensionale Perspektive weicht einer neuen Offenheit. Nicht wenige Menschen beschreiben die Folgen als bahnbrechend, weil sie auf einmal mit ihren wahrhaftigsten Gedanken und Gefühlen konfrontiert werden. In solchen Momenten offenbart sich ein Phänomen, das man mit dem Wort »loslassen« beschreiben kann. Wenn die Herrschaft des Verstandes infrage gestellt wird, erschließt sich dem ureigenen Selbst die ganze Fülle seiner Eigenschaften und Fähigkeiten: Zum ersten Mal erfährt es die Ganzheitlichkeit des Seins.

Von jeher haben sich die Menschen mit der Frage beschäftigt, wie sie Denkbarrieren überwinden und neue Bereiche des Wissens erlangen könnten. Während schicksalhafte Einschnitte diese Neuorientierung schmerzhaft einfordern, haben viele Kulturen spirituelle Rituale entwickelt, mit denen sie einer ganzheitlichen Betrachtungsweise näherkommen. Chinesische und japanische Zen-Meister setzen beispielsweise seit Jahrhunderten sogenannte Kōans ein, um ihre Schüler zu einer spontanen Erleuchtung zu führen. Kōans sind Meditationsaufgaben, die nicht durch logische Überlegungen gelöst werden können. Sie überwinden die Dominanz der Ratio, weil sie einer mentalen Provokation gleichen. Oft sind es einfache Sätze, die den Schülern gegeben werden. Ein berühmtes Kōan lautet: »Im Wasser stehend, leiden wir Durst.« Es ist ein Paradoxon, das erst durch meditative Versenkung seine Weisheit preisgibt – als Philosophie der Achtsamkeit. Denn mancher sieht nicht das Wasser, in dem er steht, und klagt über Durst, statt sich an dem zu erfreuen und das zu nutzen, was ihm geschenkt wurde.

Die Zen-Philosophie gilt nicht von ungefähr als Tor zur authentischen Wahrnehmung, bei der Herz, Verstand, Gefühl und Seele in Balance gebracht werden. Doch der Erfahrungsschatz solcher spirituellen Lehren ist in der Gesellschaft von heute weitgehend verloren gegangen. So bedürfen wir meist eines Schocks oder Traumas, um uns in eine ganzheitliche, bewusste Existenzform erheben zu lassen: durch eine Krankheit, den Tod eines nahestehenden Menschen, durch Jobverlust oder einen Unfall. Auch wenn nicht jeder als Erleuchteter aus solchen Lebenskrisen hervorgehen mag, so haben doch viele erlebt, dass sie dem verborgenen Ziel erlösender Glückseligkeit dadurch wesentlich näher gekommen sind. Diese Glückseligkeit hat

etwas mit Befreiung zu tun. Sie eröffnet eine Wahrnehmungsperspektive, die den Menschen aus seiner Vereinsamung herauslöst. Als lichte sich dichter Nebel, erkennt er die naturgegebene Verbindung zwischen sich und dem großen Ganzen.

Eine ganzheitliche Sichtweise führt im Idealfall zu Erkenntnissen, die unsere Denk- und Handlungsweise fundamental verändern. Erkennen und Auflösen sind daher die Schritte zur wahrhaften Befreiung. Die Erkenntnis könnte lauten: Ich begreife, dass ich als automatisiertes Wesen mein Menschsein nicht ausleben kann. Die Auflösung könnte sich in folgendem Satz ausdrücken: Ich verstehe mich fortan als aktiven Teil eines kosmischen Ganzen. Es ist eine unendlich freudige Erfahrung, wenn man nicht mehr nach Orientierung suchen muss, sondern sich im Kosmos als einer erschaffenden und schützenden Matrix aufgehoben fühlt. Man wird nie wieder einsam sein, nie wieder wird man falschen Wünschen hinterherlaufen oder zerstörerische Verhaltensformen zulassen.

Auf dem Weg dorthin gilt es allerdings, einige Hindernisse zu überwinden. Zu den wichtigsten gehören das Ego und der Intellekt. Diese beiden Sphären des Ichs haben in unserer Gegenwart eine enorme Bedeutung gewonnen. Während es immer wieder historische Phasen gab, in denen der Gemein Sinn im Vordergrund stand, leben wir heute im Zeitalter des Egos. Es gilt als Garant für Durchsetzungsfähigkeit im Überlebenskampf und wird oft fälschlicherweise als charakterliche Stärke interpretiert. Der Intellekt wiederum gilt als Königsweg bei der Entschlüsselung der existenziellen Codes: Was macht unser Menschsein aus? Wie lösen wir Probleme? Wie planen wir eine funktionierende Gesellschaft? Sowohl Ego als auch Intellekt haben jedoch eine stark einengende Wirkung auf die Wahrnehmungsfähigkeit. Gleichsam mit Scheuklappen

wird die Realität durchmessen, zielorientiert, ohne einen Blick für Alternativen.

Steht das Ego infrage, durch Krankheiten oder Misserfolge, reagiert es alarmiert. Wie ein Regisseur gibt es dem Selbst Anweisung, die alten Strukturen aufrechtzuerhalten. Der Einflussbereich des Egos reicht so weit, dass es sogar körperliche Beschwerden hervorruft, wenn es gekränkt ist. Auch der Intellekt rebelliert, wenn einem Menschen aus heiterem Himmel Unglück widerfährt. Er sucht nach plausiblen Erklärungen und logischen Argumentationsketten. Und das so lange, bis der Betroffene neben seinem Leid zusätzlich die Schuld bei anderen oder bei sich selbst sucht. Der Mensch hadert mit seinem Schicksal, ersinnt auf intellektuellen Bahnen Auswege - und kommt doch nicht zur Ruhe.

Zugegeben: Solche Phasen gehören zu den schwierigsten Herausforderungen des Lebens. Meistern können wir sie nur, wenn wir dem Motto »erkennen und auflösen« folgen. Dieses Buch gibt Ihnen Aufschluss darüber, wie wir unsere Realität konstruieren, wie wir unser Denken und Handeln durchschauen können und wie wir schließlich die Herrschaft von Ego und Verstand überwinden. Sie werden die Funktionsweise des Gehirns kennenlernen und verstehen, welche Wechselwirkungen zwischen Gehirn und Realität zu einem entfremdeten Leben führen. Exkurse aus Natur- und Geisteswissenschaften werden Ihnen verblüffende Einblicke verschaffen, die Sie möglicherweise irritieren werden, weil viele Ihrer Gewissheiten ins Wanken geraten. Seien Sie unbesorgt. Auch Irritationen gehören zu den mentalen Provokationen, die Sie am Ende befreien werden. Sie werden feststellen, dass Sie starre Muster mit Leichtigkeit durchschauen und verlassen können, weil Sie nach und nach lernen, nicht nur Ihren Verstand zu