

## ALBERTO VILLOLDO – TRANSKRIPT

Sprecher 1:

Danke fürs Kommen. Ein Teil dieses Summits ist es, alte Weisheit mit neuer Wissenschaft zu verbinden, und ich denke, dass Sie dies verkörpern, weil Sie einen faszinierenden Hintergrund als medizinischer Anthropologe haben und in sehr jungen Jahren klinischer Professor waren, der zum Amazonas gegangen ist, um Energiemedizin und Schamanismus zu studieren. Können Sie uns etwas über Ihren Hintergrund und Ihre Tätigkeiten erzählen?

Alberto Villoldo:

Sicher. Ich habe in einem Gehirnlabor an der San Francisco State University angefangen. Wir versuchten herauszufinden, ob wir psychosomatische Gesundheit schaffen können. Denn wir wussten, dass wir psychosomatische Erkrankungen verursachen können, aber wie nutzt man dieses erstaunliche Potenzial des Gehirns, des Geistes, um Gesundheit zu schaffen? Und ich entdeckte, dass ich das im Labor nicht finden konnte. Also musste ich ... Ich schloss mein Labor an der San Francisco State und ging in den Amazonas, um mit Leuten zu arbeiten, die kein MRT und keine Technologie, aber Zugang zu den Ressourcen hatten, die wir haben, um Gesundheit schaffen.

Aber dann habe ich sie zurück ins Labor gebracht. Dann wollte ich sehen, wie es sein kann, dass das Gehirn sich neu konfigurieren kann, um außergewöhnliche Zustände der Wahrnehmung, des Bewusstseins und der Gesundheit zu erzeugen.

Sprecher 1:

Ja. Sie wurden im Grunde zu einem Schamanen?

Alberto Villoldo:

Nun, ich wurde nicht Schamane. Ich bin noch immer medizinischer Anthropologe, aber ich habe bei den Schamanen gelernt und ich wurde Schamane. Aber es hat etwa 25 Jahre gebraucht, weil ich zu viele Abschlüsse hatte.

Sprecher 1:

Großartig. Ich habe gehört, dass im Dschungel viele indigene Völker nicht die gleichen Krankheiten haben wie die meisten Menschen hier in der westlichen Gesellschaft: Herzkrankheiten, Alzheimer, alle diese Dinge. Ihre Art von Gesundheit ist also, psychosomatische Gesundheit zu schaffen, oder? Was sind also die Schlüssel dafür?

Alberto Villoldo:

Nun, zuerst kommt die Vermeidung von psychosomatischen Erkrankungen. Das ist also der erste Schlüssel. Und als ich zum ersten Mal in den Amazonas ging, wurde ich von Big Pharma finanziert, weil der Amazonas die Apotheke der Natur ist und sie das nächste bahnbrechende Medikament gegen Herzkrankheiten, Demenz, Alzheimer oder Krebs entdecken wollten. Also finanzierten sie mich für drei Monate und ich ging in abgelegene Dörfer, die noch nie einen Hellhäutigen gesehen hatten. Tatsächlich rannten die Kinder auf mich zu und rieben meine Haut, um zu sehen, ob sich der weiße Schmutz abrieb.

Und nach drei Monaten kam ich mit leeren Händen zurück, weil es in jedem der Dörfer, in die ich ging, keinen Krebs, keine Herzkrankheit, kein Alzheimer gab. Dies sind die Krankheiten des Westens, unserer Ernährung und unseres Lebensstils. In der Tat war ihre Definition von Krankheit völlig anders als unsere.

Sprecher 1:

Was ist ihre Definition?

Alberto Villoldo:

Nun, wir haben über 14.000 verschiedene Krankheiten im Westen. Für sie, für die Schamanen, gibt es keine Krankheiten. Krankheiten sind nur eine Definition, die wir einer Kombination von Symptomen geben. Es gibt also keine Krankheiten. Kranke Menschen schon, aber keine Krankheiten. Krankheiten gibt es wirklich nicht. Und das ist das Problem, das wir in der westlichen Medizin haben: Wir definieren Krankheiten und dann Behandlungsprotokolle, die auf Pharmazeutika basieren, und wir behandeln jede Krankheit auf die gleiche Weise.

Aber jetzt sagt uns die Wissenschaft zum Beispiel, dass Brustkrebs keine einzelne Krankheit ist, sondern elf verschiedene Krankheiten. Wir sehen also ein Zerfallen, das Zerlegen dieser gewaltigen Struktur, die wir in der westlichen Medizin geschaffen haben, die Symptome als echte Krankheiten definiert und dann die Krankheit behandelt, anstatt die Person zu behandeln. Und am Ende haben wir ein Krankheitssystem anstelle eines Gesundheitssystems.

Sprecher 1:

Richtig. Und das funktioniert offensichtlich nicht.

Alberto Villoldo:

Das ist es, was wir haben. Es bricht zusammen. Alzheimer gab es vor 100 Jahren nicht, bis Dr. Alzheimer es entdeckte und benannte. Und was mir am Amazonas auffiel, war,

dass, als die Zivilisation ankam und die Menschen begannen, sich wie wir zu ernähren und zu benehmen, sie so krank wurden wie wir und so starben, wie wir sterben.

Sprecher 1:

Glauben Sie also, dass... Ich glaube, dass unsere Körper dazu bestimmt sind, zu heilen, oder? In jedem Moment regenerieren und verjüngen und reparieren wir uns. Kann man jede Krankheit umkehren? Kann Alzheimer mit der Änderung des Lebensstils, der Ernährung, vielleicht der spirituellen Praktiken... Kann man jede Krankheit rückgängig machen? Oder ist das kompliziert?

Alberto Villoldo:

Wissen Sie, es kommt darauf an... Wir müssen auf die Prämisse zurückkommen, dass es keine Krankheiten gibt und dass Prävention... Die Arbeit der Schamanen dreht sich um Prävention. Vorbeugen ist wie das Wechseln des Öls in Ihrem Auto und Behandeln ist wie das Wechseln des Motors. Es ist viel komplizierter. Und in den traditionellen Gesundheitsmodellen, wenn die Gemeinde gesund war, lebte der Heiler wirklich, wirklich gut. Wenn die Gemeinde krank wurde, wurde der Schamane oder der Heiler gefeuert. Während im Westen, wenn die Gemeinde krank ist, dann leben die Heiler wirklich, wirklich gut.

Der Schwerpunkt lag also auf der Prävention. Und wir wissen, dass wir Alzheimer vorbeugen können. Wir können Demenz vorbeugen. Wir kennen die Strategien dafür. Wir wissen, dass, wenn Sie Zucker weglassen, wenn Ihr Stoffwechsel ketonisch wird ... Alzheimer wird Typ-III-Diabetes genannt, weil es die Beziehung zum Zucker ist. Und die heutigen Statistiken sind erschreckend. Wenn Sie 85 Jahre alt werden, haben Sie ein 50%-iges Risiko, an diagnostizierbarem Alzheimer zu erkranken. Wenn Sie 90 Jahre alt werden, haben Sie ein 75%-iges Risiko. Das gab es vor 100 Jahren nicht.

Sprecher 1:

Meine Güte. Der Schlüssel ist Prävention.

Alberto Villoldo:

Wir müssen vorbeugen. Wir wissen heute, wie das geht. Wir wissen es zu verhindern, sowohl aus diätetischer als auch aus ernährungsphysiologischer Sicht. Aber was die Schamanen beitrugen, war die Energiemedizin. Sie wirken also auf das leuchtende Energiefeld, das den physischen Körper umgibt und das die Blaupause des physischen Körpers ist.

Es ist ein Informationsfeld. Es geht nicht nur um Energie, so wie Wärme erzeugt wird. Es ist ein Informationsfeld. Und wenn Sie die Qualität der Informationen verbessern

können, müssen Sie nicht die Standardprogramme ausführen, die Genetik, die Sie geerbt haben, die Herzerkrankung und die Brustkrankungen. Sie können diese Abdrücke aus der Blaupause entfernen, damit Sie keine Krankheit manifestieren müssen. Und das ist die Grundlage der Energiemedizin.

Sprecher 1:

Sie arbeiten also damit, das Feld zu verändern, das Feld zu reinigen, und das beeinflusst die Materie?

Alberto Villoldo:

Genau. Sie arbeiten mit dem Feld. Und wir haben alle ein Energiefeld. Das ist unser Feldzustand. Aber in der Medizin konzentrieren wir uns nur auf den Partikelzustand. Aus der Physik wissen wir, dass jedes Photon einen Feldzustand und einen Partikelzustand hat. Dies ist unser Partikelzustand. Aber wenn wir an dem Feld arbeiten können, können wir vorbeugen. Wir können die Informationen im Feld verbessern, damit wir nicht die Dramen in unseren Familien oder die Krankheiten in unseren Familien ausleben müssen. Und wir können tatsächlich daran teilhaben, einen neuen Körper wachsen zu lassen, der anders altert und anders heilt und der anders stirbt.

Sprecher 1:

Wenn also jemand einer Diagnose gegenübersteht und zu Ihnen kommt, wie arbeiten Sie mit dem Klienten? Es ist eine Kombination aus Lifestyle- und Ernährungsmedizin und dann Energiemedizin. Wie sieht die Energiemedizin aus? Man braucht einen externen Heiler, um es zu unterstützen, oder?

Alberto Villoldo:

Wissen Sie, die Heilung kommt immer von der Mutter, von Mutter Erde, von Pachamama, und wir sind nur das Instrument. Sobald Sie also glauben, dass Sie jemanden heilen, unterbrechen Sie diesen enormen Strom von Energie und Kraft, der jedem von uns zur Verfügung steht, um uns selbst zu heilen. Meine Aufgabe ist es also, die Verbindung wieder aufzubauen und meine Klienten zur Mutter zurückzubringen. Und wenn sie zur Mutter zurückkehren, möchte die Mutter, dass es uns gut geht. Unsere Mutter möchte, dass es uns gut geht. Ich tue nichts bei meinem Klienten. Ich kann einige der Techniken anwenden, aber letztendlich ist es die Erde, Mutter Erde, Pachamama, die das Gleichgewicht im Körper wiederherstellt.

Was ich tue, wenn ich mit einem Patienten arbeite... Ein Klient kommt in mein Büro und was ich in mein Büro kommen sehe, ist ein goldener Buddha, ein total erleuchtetes Wesen. Aus der Physik wissen wir, dass Sie dort, wo Sie nach einem Partikel suchen, einen finden werden. Wenn ich also eine Diagnose in mein Büro kommen

sehe, ein Krebspatient, dann werde ich das auch finden. Und wenn ich ein leuchtendes Wesen in mein Büro kommen sehe, setzen wir die Messlatte wirklich hoch. Und dann kann Heilung, können Wunder geschehen.

Sprecher 1:

Das finde ich toll. Es ist das Partikeltheorem, dass, wenn Sie eine bestimmte Welle oder ein Partikel erwarten, das den Ausgang des Experiments beeinflusst.

Alberto Villoldo:

Genau. Ja. Das Erste ist also, den Heiler auf Wunder vorzubereiten. Wenn Sie mit einem Arzt zusammenarbeiten, arbeiten Sie mit Statistiken. Und die westliche Medizin ist fantastisch. Sie ist wirklich toll für Traumata. Aber sie ist nicht sehr gut für chronische Erkrankungen. Wenn Sie also von einer Schlange gebissen werden, möchten Sie nicht zu einem Schamanen gehen. Sie wollen in die Notaufnahme gehen. Und dann wollen Sie zu Ihrem Schamanen gehen, um herauszufinden, warum die Schlange Sie überhaupt gebissen hat.

Denn in der schamanischen, der energiemedizinischen Praxis gibt es keinen Unterschied, ob man von einer Mikrobe oder von einem Jaguar getötet wird. Für uns hingegen ist es eine Krankheit, von einer Mikrobe getötet zu werden, und von einem Jaguar getötet zu werden, ist ein Unfall, ein Unglück. Sie müssen in der richtigen Beziehung zu Mikroben und Jaguaren sein, sonst betrachten beide Sie als Mittagessen.

Sprecher 1:

Ja. Ich finde es toll, wenn Sie davon sprechen, dass im westlichen Modell nicht als goldene Buddhas, sondern als Statistiken angesehen werden, oder? Und ich glaube, dass die Prognose, die Ärzte Patienten geben, diese Glockenkurve fortführen, die keine großartigen Ergebnissen hat.

Alberto Villoldo:

Sie landen im dicken Teil der Glockenkurve, wo Sie nicht sein wollen. Sie wollen ein Ausreißer sein.

Sprecher 1:

Und das geht, richtig?

Alberto Villoldo:

Ja, absolut.

Sprecher 1:

Das ist es, was ich wirklich... Wir haben darüber gesprochen: „Holen Sie sich Ihre Diagnose. Finden Sie heraus, was los ist.“ Das haben auch Sie getan. Aber bei der Prognose: „Fallen Sie nicht in die Glockenkurve. Glauben Sie nicht, was der Arzt Ihnen sagt, was mit Ihrem Leben möglich ist.“ Richtig? Wie ermutigen Sie die Menschen also, zu diesen 20% oder diesen 10% oder diesen 5% zu zählen? Wie haben Sie das gemacht?

Alberto Villoldo:

Nun, ein paar verschiedene Dinge. Ist Ihnen aufgefallen, dass Ihnen bei einer Diagnose gesagt wird: „Sie müssen sofort operiert werden, morgen früh.“ Sie geraten also in dieses System, das für mich wirklich Zauberei ist. Es ist schwarze Magie. Denn Sie erhalten keine Diagnose, Sie erhalten ein Todesurteil. Eine Diagnose ist hilfreich, wenn es darum geht, wie Sie behandeln können, was auch immer sie haben. Aber Sie müssen bedenken, dass Sie keine Diagnose sind. Sie sind kein MRT. Sie sind kein Leberfunktionstest. Sie sind ein lebendes Wunder. Wenn wir anfangen zu glauben, wir seien eine Diagnose, werden wir ein Patient.

Wenn ich mit Klienten arbeite, erinnere ich sie daran: „Sie sind ein Wunder. Jetzt haben Sie die Möglichkeit, ein Patient zu werden, ein Krebspatient zu werden und den Krebsweg zu gehen. Dann fallen Sie in den fetten Teil der Glockenkurve.“ Die Glockenkurve ist die Schlange, die einen Hut gegessen hat. Sie wollen nicht im fetten Teil sein, Sie wollen ein Ausreißer sein, wo Wunder geschehen. 2% aller medizinischen Heilungen sind spontane Remissionen. 2%. Dort möchte ich sein. Denn dafür ist der Körper gemacht. Der Körper ist dazu gemacht, unglaublich schnell zu heilen, wenn Sie ihm die Ressourcen geben. Und eine der wichtigsten Ressourcen ist nicht nur die Ernährung und Ihr Lebensstil und wie Sie vergeben, sondern auch die Rückkehr zur Mutter. Rückkehr zur Mutter Erde, Wiederverbindung mit der Natur, mit Ihrer eigenen Natur und mit dem Geist von Gaia, dem Planeten.

Lassen Sie mich Ihnen eine kurze Geschichte erzählen. Ich habe vor ein paar Wochen mit Freunden zu Abend gegessen. Sie sind Wissenschaftler. Und sie sagten zu mir: „Alberto, hast du die neuesten Forschungen über Probiotika gelesen? Dass sie völlig nutzlos sind, nicht funktionieren?“ Und ich sagte: „Ja, das ist schlechtes experimentelles Design.“ Und sie sagen: „Was meinst du mit schlechtem Design? Das ist Harvard.“ Ich sagte: „Ja, es ist schlechtes Design. Wenn man das Experiment schlecht gestaltet, erhält man schlechte Ergebnisse.“ Also sagten sie: „Erkläre mal. Was meinst du?“

Nun, der Verstand des Planeten, das Herz und der Verstand von Gaia sind bakteriell, weil Bakterien seit 2.000 Millionen Jahren hier sind. Und Probiotika sind gute Bakterien. Gaia weiß, dass diese gewaltige Ausrottung stattfindet, in der wir uns gerade be-

finden, und sie wissen, dass wir das Problem sind, dass wir die Parasiten sind, die so viel Schaden auf der Erde anrichten. Sie müssen also mit Ihren Probiotika sprechen. Es sind Lebewesen. Sie müssen ihnen sagen: „Schaut, ich bin Teil der Lösung. Ich bin nicht Teil des Problems.“ Wenn sie denken, dass Sie Teil des Problems sind, könnten Ihre Probiotika versuchen, Sie zu beseitigen. Wenn Sie ihnen sagen, dass Sie Teil der Lösung sind, werden sie kommen und Ihre Flora wiederherstellen und Gesundheit für Sie schaffen.

Wir leben also in einem lebendigen Universum. Dies ist eine lebendige, atmende Beziehung zu dem Planeten, mit dem wir eng verbunden sind. Und unsere Heilung hat damit zu tun, dass wir uns wieder mit dem Bewusstsein verbinden, das Gaia ist, das die Mutter ist, das Pachamama ist.

Sprecher 1:

Ja, da ist eine Intelligenz, oder?

Alberto Villoldo:

Es ist eine Intelligenz, ja. Und das ist ein Experiment. Sehen Sie, wir sind Teil eines biologischen Experiments. Es gibt 40 Millionen Arten auf dem Planeten und von den 40 Millionen Arten gibt es nur zwei Arten, bei denen die Frau in die Wechseljahre kommen kann. Und jede der anderen Arten ist ausgelöscht, sobald das Weibchen nicht mehr fortpflanzungsfähig ist. Sie stirbt. Mit Ausnahme von zwei Arten: Menschen und Orcas, Delfine, weil wir das größte Gehirn haben, das größte Verhältnis von Gehirn zu Körpergewicht.

Also nehmen wir an einem Experiment in Sachen Intelligenz teil. Die Natur bevorzugt Intelligenz gegenüber Muskeln, Muskelkraft, Krallen und Zähnen. Sie bevorzugt Gehirne. Und diese Intelligenz nennen wir Bewusstsein oder Spiritualität. Sie müssen also Teil des Experiments sein. Sie müssen die Qualität Ihrer Intelligenz verbessern. Und wenn Sie sie verbessern, dürfen Sie ein langes und gesundes Leben führen. Wenn Sie dies nicht tun, werden Sie psychosomatischen Stress und Krebs sowie Herzkrankheiten und Demenz erzeugen.

Sprecher 1:

Ja. Was aufkommt ist: Angst trennt einen von dieser Intelligenz.

Alberto Villoldo:

Genau.

Sprecher 1:

Angst macht sie zu einer dieser anderen 40 Millionen minus zwei Arten, die ums Überleben kämpfen, richtig? Und Instinkt ... Welche Rolle spielt Angst bei all diesen Problemen, die sich körperlich manifestieren?

Alberto Villoldo:

Wissen Sie, Angst ist wirklich hilfreich. Sie ist ein wirklich gutes Warnsystem. Aber in dem Moment, in dem sie Sie lähmt, löst sie eine Reihe von Kettenreaktionen aus, die das Gehirn zerstören, weil Sie Cortisol und Adrenalin produzieren und Ihr Gehirn mit diesen giftigen Hormonen überfluten, die tödlich sind und anfangen, den Teil Ihres Gehirns schrumpfen zu lassen, in dem Sie eine neue Lernerfahrung machen können. Cortisol ist also sehr schädlich für die Region im Gehirn, die als Hippocampus bekannt ist und wo Lernen stattfindet. Sobald der Hippocampus beschädigt ist, schrumpft er auf die Hälfte seiner Größe und Sie können nichts Neues lernen. Dann leben Sie in der Welt von „Kenne ich schon.“ Dann wachen Sie mit der geliebten Person auf, mit der Sie seit 30 Jahren zusammen sind, und sagen: „Wer ist diese Person in meinem Bett?“

Aber wenn Ihr Hippocampus nicht beschädigt ist, wenn er repariert ist, wachen Sie mit dem geliebten Mensch auf und sagen: „Wer ist diese wunderbare Person in meinem Bett, dass wir schon seit 30 Jahren zusammen sind?“ Sie sind in der Lage, neue Erfahrungen zu machen. Sie können Gesundheit schaffen. Sie können keine Gesundheit schaffen, wenn Ihr Hippocampus beschädigt ist. Hier schaffen wir unsere Bestimmung. Dies ist der Teil des Gehirns, der reguliert, wie wir die Realität intern und extern manifestieren. Und er wird durch die Stresshormone geschädigt und all das wird durch Angst ausgelöst.

Angst löst die Kampf- oder Fluchtreaktion aus, die die Produktion von Adrenalin und Cortisol auslöst, die das Gehirn schädigen. Aber wir können es reparieren. Wir wissen heute, wie man es repariert.

Sprecher 1:

Ok. Können Sie uns sagen, wie?

Alberto Villoldo:

Ja. Ja. Es gibt zwei Dinge, drei Dinge, die das Gehirn reparieren. Eines davon ist Vergebung. Vergebung ist grundlegend. Mitgefühl repariert das Gehirn. Aber es ist eine lustige Dynamik, weil Sie nicht mitfühlend sein können, wenn Ihr Gehirn beschädigt ist. Wenn Ihr Gehirn kaputt ist, werden Sie in Angst leben. Das andere ist also DHA, die Omega-3-Fettsäuren. In sechs Wochen reparieren die Omega-3-Fettsäuren den Hippocampus. Und dahinter steckt wirklich gute Wissenschaft.

Die andere Sache, die es im Amazonas macht, ist eine Reihe von Arzneipflanzen, die das Gehirn reparieren und verbessern. Und was ich in 20 Jahren im Amazonasgebiet herausgefunden habe, ist, dass ... Ich habe eine alte Medizinfrau gefragt: „Wie kann ich Alterskrankheiten vorbeugen? Demenz, Alzheimer, Herzkrankheit?“ Und sie sagte: „Kein Problem. Wenn Sie die Krankheiten des Alters verhindern wollen, leben Sie einfach ein langes und gesundes Leben.“ Und ich sagte: „Moment mal. Sie verstehen nicht, was ich will.“ Und sie sagte: „Nein, nein, nein. Das tue ich.“ Und sie meinte damit, dass es Pflanzen gibt, die nicht Krankheiten behandeln, sondern die Gene einschalten, die Gesundheit erzeugen, und die Gene verstummen lassen, die Krankheiten verursachen.

Sie bringen also mehr als 500 Gene zum Schweigen, die Brustkrankheiten hervorrufen und Herzkrankheiten sowie Krebs, und sie schalten mehr als 200 Gene ein, die Gesundheit erzeugen.

Sprecher 1:

Wissen wir, welche Pflanzen das sind?

Alberto Villoldo:

Heute wissen wir, welche Pflanzen das sind. Wir bekommen sie im Reformhaus.

Sprecher 1:

Oh, wow.

Alberto Villoldo:

Ja. Ich habe vor vier Jahren mit David Perlmutter ein Buch geschrieben, das „Das erleuchtete Gehirn“ heißt. Und das sind die Pflanzen, die das Gehirn reparieren, Ihnen den Zugang zu einer neuen Art von Intelligenz ermöglichen und anfangen, genetische Schalter zu betätigen, um Gesundheit zu schaffen. Und wir kennen sie heute. Es gibt Resveratrol, Sulforaphan, Brokkolisamenextrakt, Curcumin, Curry. Das sind die, mit denen wir im Westen arbeiten.

Die Schamanen arbeiten mit anderen Pflanzen aus dem Amazonasgebiet, die aber den gleichen Effekt haben. Sie arbeiten auf dem gleichen Weg, der als Nrf2-Entgiftungsweg bezeichnet wird, der die Entgiftung im Körper auslöst und die Langlebigkeitsgene einschaltet, die ich als die Unsterblichkeitsgene bezeichne, die wir alle haben. Und das sind die Sirtuin-Gene, die SIRT1-Gene. Woher wissen die Schamanen davon? Woher wussten sie, dass diese Pflanzen die Hochregulatoren sind, mit denen Sie Gesundheit schaffen können?

Sprecher 1:

Ich weiß es nicht. Woher wussten sie das?

Alberto Villoldo:

Ich habe sie gefragt. Ich fragte: „Wie haben Sie diese Pflanzen entdeckt?“ So ist es auch mit der Ayahuasca. Ayahuasca ist eine Heilpflanze im Amazonasgebiet. Und es erfordert zwei Zutaten, die zusammenarbeiten. Eine ist die Chacrana, die DMT produziert, und die andere ist ein MAO-Hemmer, der es dem DMT ermöglicht, in Ihren Blutkreislauf und in Ihr Gehirn zu gelangen.

„Woher wussten Sie, dass diese beiden Pflanzen synergetisch zusammenarbeiten?“ Und sie sagten: „Einfach. Die Pflanzen sagten es uns.“ Die Pflanzen sagten es uns.

Sprecher 1: Das ist es, was Sie damit meinen, sich wieder mit Mutter Erde und der Natur zu verbinden? Und ich meine, wie sieht das für einen Westler aus? Müssen sie in den Dschungel und auf eine Visionssuche gehen? Oder ist es so einfach wie, in der Natur zu wandern und diese pflanzlichen Medikamente zu finden? Wie verbinden wir uns wieder mit der Natur?

Alberto Villoldo:

Wie verbinden wir uns wieder mit der Natur? Es ist wichtig, in der Natur spazieren zu gehen, biologisch zu essen, natürlich zu essen und das Essen zu segnen. Aber noch wichtiger ist der Beginn einer Reise zurück zur Mutter, zurück zur Mutter Erde und das ist ein innerer Prozess. Und er beginnt damit, Ihren Körper zurückzugewinnen, die Teile Ihres Körpers zu finden, die Sie wirklich nicht mögen, und sie zurückzugewinnen. Der Teil von Ihnen, von dem Sie denken, dass die Leute ... Das bisschen Fett oder das ... Ihren Körper zurückgewinnen. Sagen Sie: „Ja, ich liebe meinen Körper. Ich liebe mich selbst.“ Sie sind das Produkt von 2.000 Millionen Jahren Evolution. Lieben Sie sich selbst, lieben Sie Ihren Körper.

Und dann ist es wichtig, den Dialog mit der Erde wiederzufinden. Sie wissen, dass wir die einzigen Menschen auf dem Planeten sind, die jemals aus dem Garten Eden vertrieben wurden, die jemals aus unserer Beziehung zur Natur vertrieben wurden, wo wir mit Gott, den Flüssen, den Bäumen sprechen konnten und wo Gott und die Flüsse und die Bäume und die Pflanzen und die Kräuter zu uns sprachen. Wir sind also das einzige Volk, das aus dem Garten vertrieben wurde. Die Aborigines wurden es nicht, die Afrikaner südlich der Sahara wurden es nicht, die Ureinwohner Amerikas wurden es nicht. Sie erhielten den Garten, um die Wächter und Verwalter des Gartens zu sein.

Sie kehren also zur Natur zurück, indem Sie sich verpflichten, ein Verwalter und Wächter der Erde zu werden, ein Erdbewahrer zu werden. Sobald Sie diese Verpflichtung

eingehen, erfolgt die Verbindung automatisch. Sie können einen Spaziergang durch die Natur machen und die Natur genießen und die Vögel und das Rauschen der Blätter hören, und es ist wunderschön, aber die Natur wird sich nicht mit Ihnen verbinden, bis Sie diese Verpflichtung eingehen, ein Verwalter der Erde zu werden. Und dann haben Sie die volle Bandbreite der Verbindung.

Sprecher 1:

Ich glaube, für mich ist das Thema der Heilung letztendlich wie eine spirituelle Reise. Es kommt darauf an, wie man die Welt betrachtet. Ob man andere Menschen als goldene Buddhas ansieht und glaubt, dass wir alle Wunder sind, oder ob man durch eine Art ängstlicher Linse schaut. Können Sie ein wenig darüber sprechen, wie wichtig spirituelle Praktiken sind oder wie wichtig unser Glaube und unsere Wahrnehmung des Lebens für unsere Gesundheit sind?

Alberto Villoldo:

Ja. Wissen Sie, ich denke, dass dies das fehlende Element in unserem Gesundheitssystem ist, der spirituelle Weg. Und für mich ist Heilung nicht abgeschlossen, bis Sie eine spirituelle Erfahrung machen, die Sie auf eine spirituelle Reise führt. Nicht nur eine Offenbarung, nicht nur „Wow, ich bin verbunden“, sondern es muss Sie auf eine spirituelle Reise der Suche und Entdeckung führen.

Sprecher 1:

Ich mag, wie Sie sagen, dass niemand auf dem Planeten älter als sieben Jahre ist, weil sich unser Körper und unsere Zellen buchstäblich regenerieren. Alle sieben Jahre ist es ein ganz neuer Körper. Ich glaube, das gibt ... Wenn jemand 20 Jahre lang Krebs hat oder eine andere chronischen Erkrankung, wie können wir dann seine Denkweise so ändern, dass wir sagen: „Nein, unser Körper regeneriert sich“? Ist es so, dass unser Glaubenssystem, unser Fokus auf die Krankheit sie aufrecht erhält? Verstehen Sie, was ich meine?

Alberto Villoldo:

Ja. Ja. Ich denke, Sie sagen drei verschiedene Dinge, aber ich habe ein Gespür dafür, was Sie sagen. Sehen Sie, es gibt niemanden auf dem Planeten, der älter als sieben Jahre ist, weil wir alle sieben Jahre einen neuen Körper wachsen lassen. Und Sie können entweder eine etwas faltigere und ältere Version von dem, was Sie heute sind, aufbauen, oder Sie können einen neuen Körper aufbauen, der anders altert, heilt und stirbt. Zum Beispiel sterben Ihre Hautzellen alle sechs oder sieben Tage. Die Mukosa, das ist die Auskleidung Ihres Darms, wird alle drei Tage gewechselt. Die Auskleidung Ihrer Lunge erneuert sich alle vier Tage. Ihre Knochen wechseln alle fünf bis sechs Jahre. Es wächst Ihnen also ein ganz neuer Körper.

Und wir wissen, dass wir an diesem Prozess bewusst teilnehmen können, denn so erneuert die Natur unsere Gesundheit. Aber wenn wir giftig werden, mit giftigen Gefühlen und den giftigen Chemikalien, denen wir ausgesetzt sind ... Wissen Sie, vor 100 Jahren gab es nirgendwo Quecksilber. Ich erinnere mich, wie ich als Kind mit dem Quecksilber spielte, als das Thermometer kaputt ging, und dann ging ich zum Zahnarzt und sie steckte mir Quecksilber in den Mund. Also sind wir giftig geworden. Dieser Prozess der Erneuerung wird uns nicht zur Heilung und Regeneration bringen, bis wir uns entgiften, denn dies sind Giftstoffe, mit denen Schamanen nie fertig werden mussten.

Es gibt heute über 78.000 giftige Elemente in der Umwelt, die wir regelmäßig verwenden. Und es gibt auch das Glyphosat und die antibakteriellen Seifen, die wir verwenden, und die Pestizide. Babys werden heute mit PCPs in ihrer Blutbahn und Nabelschnur geboren. Wir müssen also entgiften. Wenn wir Gehirn und Körper entgiften können, können wir die Erneuerungsprozesse in seiner Gesamtheit auslösen. Und das ist heute absolut wesentlich. Aber wir müssen nicht nur den Körper entgiften, wir müssen auch die Emotionen entgiften.

Sprecher 1:

Können Sie den Unterschied zwischen Emotionen und Gefühlen erklären? Ich habe Sie schon einmal darüber reden gehört und denke, es ist wichtig. Bei Menschen stecken viele Emotionen in ihrem Geist und auch in ihrem Körper fest. Können Sie den Unterschied zwischen Emotionen und Gefühlen erklären, damit wir lernen, wie wir Emotionen oder Gefühle auf gesunde Weise verarbeiten?

Alberto Villoldo:

Nun, für mich sind Emotionen sehr alte Überlebensprogramme unseres limbischen Gehirns, unseres Neandertaler-Gehirns, und sie sind nicht authentisch. Gefühle sind authentisch. Aber Emotionen sind diese übrigen Überlebensprogramme, die nicht mehr funktionieren. Das Gehirn setzt sich alle 20 Minuten zurück. Wenn Sie also etwas haben, das länger als 20 Minuten andauert, ist es eine Emotion. Wir alle wollten schon mal töten. Wenn Sie verheiratet waren oder Kinder hatten, wollten Sie töten. Und ein paar Augenblicke später sagten Sie: „Oh mein Gott, wie konnte ich so fühlen über diese Person, die ich am meisten liebe auf der Welt?“ Und das ist ein Gefühl. Gefühle durchströmen Sie. Sie dauern nicht länger als 20 Minuten. Aber wenn Sie länger als 20 Minuten wütend sind, ist das eine Emotion. Und es gibt Menschen, die seit 20 Jahren wütend sind, und das ist eine giftige Emotion, die Sie töten wird und die Gehirnchemie und die Physiologie schafft, die zu Krebs und Demenz führen.

Letztendlich müssen wir also unsere Emotionen loswerden, damit wir leere Gefäße werden für Erfahrungen und Gefühle, für Gefühle der Liebe, für Gefühle ... Wenn Sie wütend sind, sind Sie wütend. Und es fließt durch Sie hindurch. Es geht vorbei. Es setzt sich nicht in Ihrem System fest oder beginnt in Ihnen zu eitern.

Sprecher 1:

Und das tun wir durch den Atem. Wir tun das durch ... Wie machen wir das?

Alberto Villoldo:

Wie heilen wir unsere Emotionen? Sie können Ihre Emotionen nicht heilen, Sie können sie nur loswerden.

Sprecher 1:

Oh. Die Emotionen entgiften, ok.

Alberto Villoldo:

Nun, Emotionen leben in einem Teil des Gehirns, der als emotionales Gehirn bekannt ist. Das ist das limbische Gehirn. Es ist das Neandertaler-Gehirn. Es ist das, was wir mit unseren wirklich primitiven Vorfahren geteilt haben. Und dieses Gehirn kann sich nur durch Zeremonie verändern. Deshalb haben wir Hochzeitszeremonien und Geburts- und Todeszeremonien. So verändert sich dieses Gehirn. Es ändert sich nicht durch Psychotherapie.

Sie müssen sich also eine bedeutende Zeremonie schaffen. Wenn Sie sich zum Beispiel wütend fühlen, möchten Sie vielleicht ein Feuer machen, eine Kerze anzünden und diese Emotion in einen Zahnstocher blasen und sie in Brand setzen und loslassen. Sie verkabeln also das Gehirn durch eine Zeremonie neu. Aber wenn Sie keine Zeremonie haben, ist es, als kämen zwei Leute zusammen und sagten: „Lass uns ein Baby machen.“ Nun, aber es gibt nicht wirklich eine Familie, bis man an einer heiligen Zeremonie teilnimmt. Und es sind nicht religiöse Zeremonien. Dies sind müde und alte Zeremonien. Es sind diejenigen, die Sie erschaffen und die für Sie selbst von Bedeutung sind und die heilig sind.

Sprecher 1:

Ja. In der Zeremonie wird einem bewusst, was man loslassen muss.

Alberto Villoldo:

Genau.

Sprecher 1:

Ansonsten bleibt es im Unterbewusstsein und man ist im Hamsterrad des Lebens, durch das es in den Körper kommt. Ok. Das ist gut. Gibt es noch andere Zeremonien, die Sie... Praktische Hilfsmittel sind sehr hilfreich.

Alberto Villoldo:

Nun, wir arbeiten mit Feuer. Wir arbeiten also mit den Elementen. Wann immer Sie eine Zeremonie durchführen, laden Sie Ihr limbisches Gehirn ein, seine Programmierung zu erneuern und die Glaubensstrukturen zu ändern, die Sie in Bezug auf bestimmte Dinge haben. Um sich also wieder mit der geliebten Person zu verbinden, machen Sie eine Zeremonie der Bindung mit ihr. „Ich liebe dich und ich widme mich uns.“ Und Sie lieben Ihren Partner genau dafür, wer er ist, anstatt... Was am Ende passiert, ist: „Ich liebe dich genau so, wie ich bin“, anstatt „... wie du bist.“

Wir kreieren also diese Zeremonien zur Erneuerung, zur Bindung und auch, um unsere Emotionen loszuwerden. Und dann werden sie durch Gefühle ersetzt. Und Gefühle halten nicht an. Sie durchströmen Sie, aber Sie werden zu einem Gefäß für Erfahrungen, anstatt zu einer Ansammlung verschiedener Traumata und Emotionen, die Sie immer noch aufwühlen.

Sprecher 1:

Leute, die sich das anschauen und vielleicht eine sehr beängstigende Krebsdiagnose oder MS haben oder vielleicht eine mysteriöse Autoimmunkrankheit ... Ich finde es toll es, wenn Sie irgendwie ... Je mehr inspirierende Geschichten oder Aha-Momente, die sie erhalten können und die ihnen möglicherweise widerspiegeln, was mit ihnen los ist. Ich denke, es ist hilfreich, damit sie sich bewusst werden, was los ist. Haben Sie irgendwelche Transformationsgeschichten oder einige Themen, die Sie gesehen haben, bei denen es sich um Krebs oder emotionale Themen handelt, die die Menschen möglicherweise in sich selbst betrachten müssen, um einen Durchbruch zu schaffen?

Alberto Villoldo:

Werfen wir einen kurzen Blick auf Krebs. Zum einen gibt es aus energiemedizinischer Sicht keinen Krebs. Was Sie mit Krebs haben, sind Zellen, die das oberste Gebot brechen. Und das oberste Gebot ist, dass jede Zelle im Körper zuerst für das Wohlergehen des gesamten Körpers arbeitet und dann für das eigene Wohlbefinden. Krebszellen sind also Zellen, die entscheiden, dass sie unsterblich sein wollen, und diese Grundvoraussetzung brechen. Sie wollen überleben, egal was mit dem Rest des Organismus passiert.

Die Menschheit ist zu einem Krebs auf der Erde geworden, weil wir überleben wollen, unabhängig davon, wie viele Arten wir töten oder wie viele Wälder wir fällen. Das ist also ein Teil des Problems. Aber Krebszellen sind Zellen, die das oberste Gebot gebrochen haben, dass sie all ihre Anstrengungen und Energie und Ressourcen für das Wohlergehen des ganzen Menschen einsetzen. Und wir haben 100 Billionen Zellen. Wenn also einige davon abweichen ... Was die Krebszellen reguliert, sind Mitochondrien. Mitochondrien sind also die Brennstofffabriken in jeder Zelle. Sie produzieren Energie. Aber sie sind auch für die Todesuhr zuständig. Mitochondrien sagen den Zellen, wann sie sterben müssen, damit sie durch neue ersetzt werden können.

In Krebszellen haben Sie Mitochondrien, die nicht richtig funktionieren. Sie können der Zelle nicht sagen, dass sie sterben muss. Wenn wir also die Mitochondrienfunktion wiederherstellen können, stellen wir die Todesuhr wieder her und können diesen Prozess rückgängig machen. Und ein Großteil der Richtung der Medizin geht heute in die mitochondriale Medizin. Wie können wir mitochondriale Funktionen reparieren, wiederherstellen und unterstützen, um Gesundheit zu schaffen? Und das ist die Basis der Energiemedizin. Wenn Sie die Voraussetzungen für Gesundheit schaffen, durch Ihre Ernährung, emotional, physisch und spirituell, verschwindet Krankheit. Sie müssen den Krebs nicht behandeln. Schaffen Sie die Voraussetzungen für Gesundheit und Krankheit tritt nicht auf oder verschwindet.

Sprecher 1:

Und deshalb sehen wir so viele Spontanheilungen bei Krebs?

Alberto Villoldo:

Absolut. Dann können Sie zum Ausreißer in der Glockenkurve werden.

Sprecher 1:

Ja, das ist großartig. Es ist einfach immer gut, es umzugestalten und anders zu betrachten.

Alberto Villoldo:

Meine Arbeit ist es eigentlich, die alte Wissenschaft mit den neuesten Neurowissenschaften von heute zusammenzubringen. Deshalb kam ich aus einem Gehirnlabor und ging für 25 Jahre in den Amazonas.

Sprecher 1:

Ja. Und das ist das richtige Gleichgewicht, oder? Wir nehmen das Beste dessen, was Technologie und Forschung heute haben – mit all der neuen Technologie und Fähigkeit zu sehen, was wirklich vor sich geht – und beweisen, was die alte Weisheit seit Tausenden von Jahre demonstriert.

Alberto Villoldo:

Ja, genau.

Sprecher 1:

Sprechen Sie bitte mehr über dieses leuchtende ...

Alberto Villoldo:

Das leuchtende Energiefeld. Nun, wir haben ein Energiefeld, das den physischen Körper umgibt und den Körper so organisiert, wie ein Magnet Eisenspäne auf einem Stück Glas anordnet. Im Westen sind wir es gewohnt, nur mit dem Körper zu arbeiten, mit dem Körperlichen und nicht mit dem Energetischen. Dabei ist die Energie die Blaupause. Das ist es, woran die chinesische Energiemedizin, Qi Gong, die schamanische Energiemedizin arbeitet, um die Qualität des Feldes zu verbessern.

Aber hier gibt es ein paar wichtige Elemente. Im Westen glauben wir, dass die gesamte Energie, die wir erfahren, uns gehört. Die Schamanen verstehen, dass Sie manchmal von Energien geplagt werden, die Ihnen nicht gehören. So kann es sich zum Beispiel um einen Vorfahren handeln, der unbewusst gestorben ist und der um Vergebung bitten muss, die mit Ihnen in Verbindung steht, und tatsächlich in Ihre Feld kommt. Und Sie manifestieren möglicherweise die Symptome dieses Vorfahren, der an Krebs oder Herzerkrankungen gestorben ist, die nicht Ihre sind. Und sobald Sie diese Entität extrahieren können, diese aufdringliche Entität ... Und natürlich müssen wir Schamanen nicht nur Onkel Harvey extrahieren, sondern ihm helfen, zu sterben und in die Welt des Geistes zurückzukehren.

Zu diesem Zeitpunkt habe ich also zwei Klienten. Ich habe den Klienten, der gekommen ist, um mich zu sehen, und den Vorfahren, der an ihn gebunden ist. Also muss ich sie trennen. Ich muss diesen Vorfahren extrahieren, ihm helfen, in die Geisterwelt zurückzukehren, und dann lösen sich die Symptome sehr schnell auf. Ich erinnere mich an eine Frau, die ihre kleine Tochter zu mir brachte und deren Ehemann Selbstmord begangen hatte, als die Tochter zwei Jahre alt war. Sie hatte ihn entdeckt und gesagt: „Komm Papa, wach auf, Papa, wach auf, Papa.“ Und Papa hasste sein Leben, aber er liebte dieses kleine Mädchen. Also hing er an diesem kleinen Mädchen. Ich sah sie, als sie 11 Jahre alt war. Sie war in einem Klassenzimmer für Kinder, die nicht sprechen. Sie hat immer Leute geschlagen und war absolut nicht kommunikativ. Ich fing an, ihr Feld aufzuspüren, und sah, dass Papa da war.

Aber in dem Moment, als sie in mein Büro kam, sah sie mich an, drehte sich um und rannte zur Tür hinaus – mein Büro befand sich in LA –, überquerte allein den Century

Boulevard zu einem Starbucks auf der anderen Straßenseite, weil sie wusste, dass sie ihren Papa wieder verlieren würde. Nach mehreren Treffen fühlte sie sich wohler und Papa wusste, dass er gehen musste. Also holten wir Papa heraus und übergaben ihn der Linie der Schamanen, die mit uns zusammenarbeiten, und sie brachten ihn zurück in die Welt des Geistes. Sie brachten ihn zu Heilungszentren in der Geisterwelt. Und zu diesem Zeitpunkt wurde das kleine Mädchen innerhalb von sechs Wochen gesprächig, gewaltfrei, nicht aggressiv und wurde innerhalb von sechs Monaten in den regulären Klassenraum zurückgeführt.

Sie setzten alle Medikamente ab. Sie hatte nicht länger ADHS oder ein Verhaltensproblem. Sie brauchte keine Schlaftabletten, um nachts einzuschlafen. Sie musste nur Papa aus ihrem Feld kriegen. Und das ist so üblich, viel häufiger, als wir glauben möchten. Sprecher 1: Das ist großartig. Ich meine, woher soll man wissen, ob es sich um ein toxisches Ungleichgewicht oder eine Überlastung im Körper handelt oder um einen Vorfahren, der mit einem verbunden ist? Es gibt so viele ...

Alberto Villoldo:

Ja, Sie gehen zum Arzt und er sagt: „Nun, Ihre Hormone sind alle aus dem Gleichgewicht.“ Häufig wird dies durch eine aufdringliche Entität verursacht, bei der es sich meist um einen Verwandten handelt, der unbewusst gestorben ist.

Ich erzähle Ihnen noch eine Geschichte. Als eines meiner ersten Bücher herauskam, veröffentlicht von Random House, ging ich zum Random House-Verkaufstreffen, um das Buch vorzustellen. Und sie interessierten sich nicht für Schamanismus oder Energiemedizin, bis dieser Mann den Raum betrat und zu der Gruppe, zum nationalen Verkaufsteams sagte: „Sie alle wissen, dass ich in den letzten 10 Jahren ein Problem mit Alkohol hatte. Ich möchte, dass Sie wissen, dass ich einen Absolventen von Dr. Villoldo aufgesucht habe. Das war vor sechs Monaten und seither habe ich keinen Tropfen Alkohol mehr getrunken und habe kein Verlangen mehr. Ich danke Ihnen sehr.“

An diesem Punkt wurden alle interessiert, weil jeder im Verlagswesen in New York ein Alkoholproblem hat. Also machten sie das Buch zum Bestseller. Und Abhängigkeiten sind sehr, sehr schwer zu behandeln. Sobald das Treffen beendet war, rief ich meine Absolventin an und fragte sie, was passiert war. Und sie sagte: „Nun, dieser Mann kam in mein Büro und direkt hinter ihm war der Geist seines Vaters.“ Der Vater war 10 Jahre zuvor gestorben und sein ganzes Leben lang Alkoholiker gewesen. Und ich fragte sie: „Was hast du gemacht?“ Sie sagte: „Ich habe ihm geholfen, nach Hause zurückzukehren.“ Und als der Geist freigesetzt wurde, begannen sich die Symptome aufzulösen. Und das ist etwas, das wir in unseren Arztpraxen nicht berücksichtigen, aber es ist in 99,9% der übrigen Welt so üblich.

Sprecher 1:  
Das ist unglaublich.

Alberto Villoldo:

Eine weitere Ursache für Krankheiten ist der Seelenverlust. Viele der Menschen, mit denen ich zusammenarbeite, die schwer krank sind, haben ein Trauma erlitten, das zu Seelenverlust geführt hat. Es verursacht ein Zersplittern ihrer Seele. Und was passiert, ist, dass Sie plötzlich Ihre Bestimmung verlieren. Wenn Sie ein Trauma erleiden, das Sie in dem Moment nicht heilen, mit dem Sie sich nicht versöhnen oder das Sie nicht reparieren, kann ein Teil Ihrer Seele splintern und Sie verlieren Ihre Bestimmung. Und dann geraten Sie in den Griff des Schicksals. Und das Schicksal ist fatal, ist tödlich. Es wurde für Sie vorausgewählt durch Ihre Genetik, durch das Karma, mit dem Sie gekommen sind, durch das Drama, das in Ihrer Familie liegt.

Als Teil des Heilungsprozesses mache ich immer eine Seelenrückholung für die Person, mit der ich arbeite. Ich möchte diesen unschuldigen, gesunden, geheilten Teil wiederfinden und nicht nur den gebrochenen, schmerzhaften, ängstlichen, kranken Teil behandeln, der in mein Büro kam. Wenn ich diesen Seelenteil, diese Energiemenge zurückgewinnen kann, kann diese Person ihre Bestimmung zurückgewinnen, in der sie ihre Gesundheit wiederfinden kann.

Sprecher 1:

Das ist großartig. Ich habe schon mal Ayahuasca genommen und auf dieser letzten Reise haben sie einen irgendwie darauf vorbereitet, einen wissen lassen, was einen erwartet und wie man sich auf der Reise zurechtfindet. Und ein Teil davon war, sich wieder mit der Seele zu verbinden und das Herz zu heilen. Pflanzenmedizin und DMT und die geistig veränderten Zustände – wie wesentlich sind diese für die Heilung? Denn ich glaube... Ich weiß nicht. Es ist eine ziemlich intensive Erfahrung.

Alberto Villoldo:

Es ist eine sehr intensive Erfahrung.

Sprecher 1:

Ja.

Alberto Villoldo:

Ich habe es nur etwa 400 mal gemacht.

Sprecher 1:

Oh.

Alberto Villoldo:

Aber, ja. Heute finden viele Ayahuasca-Zeremonien rund um den Planeten statt. Die Pflanzenmedizin hat sich wirklich global verbreitet. Es ist unglaublich. Ich denke, es ist in gewisser Hinsicht ein bisschen beängstigend. Man muss sehr vorsichtig damit sein, denn im Amazonasgebiet bereitet man sich darauf vor und dann arbeitet der Schamane mit Ihnen, um Ihre Erfahrung zu integrieren.

Aber was passiert... Ayahuasca ist DMT, Dimethyltryptamin. Und wir produzieren Serotonin, einen gewöhnlichen Neurotransmitter. Er wird von unserer Darmflora produziert. 85% Ihres Serotonins wird durch Ihren Darm produziert. Wenn Ihr Darm durch den Einsatz von Antibiotika zerstört wird, funktioniert Ihre Darmflora nicht und Sie produzieren kein Serotonin. Die Formel für Serotonin lautet 5HT, 5-Hydroxytryptamin. Hydroxy ist Wasser. Tryptamin ist ein Tryptamin. Wenn Sie also eine ausreichende Serotoninproduktion haben und Ihre Zirbeldrüse funktioniert ... Die Zirbeldrüse liebt es zu methylieren. Sie liebt es, Methylbindungen zu allem hinzuzufügen, mit dem sie in Kontakt kommt. Sie methyliert Serotonin und tut das jeden Abend, um Melatonin zu erzeugen, damit Sie schlafen können. Aber wenn Sie noch einen Schritt weiter gehen und zwei Methylringe zu Serotonin, zu Tryptamin, hinzufügen, erhalten Sie Di-, das sind zwei, Dimethyltryptamin, das Ayahuasca ist.

Das Gehirn produziert Ayahuasca auf natürliche Weise. Und das ist es, was es Ihnen erlaubt zu meditieren, eine Erfahrung der Einheit zu haben. Wenn Ihre Zirbeldrüse wegen der Pestizide in Ihrer Nahrung und des Fluorids im Wasser verkalkt ist, dann werden Sie Serotonin nicht methylieren. Sie werden das Glücksmolekül nicht produzieren. Sie werden nicht in der Lage sein, zu meditieren. Sie werden nicht heilen können, weil Sie keine Gemeinschaft mit der Natur, mit Pachamama, Mutter Erde, mit dem Kosmos erleben können.

Wir brauchen also das Substrat. Wir brauchen das chemische Substrat im Gehirn, um diese Erfahrungen zu machen. Sie können sie nicht nur mit Ihrem Verstand machen. Die chemischen Substrate sind essentiell. Ihr Darm muss funktionieren. Ihre Flora muss Serotonin produzieren. Serotonin benötigt eine geheilte Zirbeldrüse, um es zu methylieren, damit Sie nachts gut schlafen können, Sie Melatonin produzieren und tief ruhen können. Und dann könnten Sie meditieren und die Glücksmoleküle erschaffen. Andernfalls werden Sie nur die Stressmoleküle erzeugen, also Cortisol und Adrenalin. Können Sie mir wissenschaftlich folgen?

Sprecher 1:

Das kann ich, ja.

Alberto Villoldo:  
Ziemlich erstaunlich, oder?

Sprecher 1:  
Es ist erstaunlich. Und das Mikrobiom ist recht neu im Mainstream angekommen. Menschen wissen jetzt über Probiotika und Darmgesundheit bescheid und darüber, wie Antibiotika...

Alberto Villoldo:  
... den Darm zerstören, ja.

Sprecher 1:  
Nutzen Sie es im Notfall, um über den Berg zu kommen, wenn es sein muss, aber manche Menschen werfen Sie ein, wenn sie eine Erkältung haben, was nicht einmal miteinander zu tun hat. Wie sehr beeinflusst unsere Darmgesundheit unsere Gehirngesundheit und unsere körperliche Gesundheit?

Alberto Villoldo:  
Es ist unglaublich. Es liegt alles im Darm.

Sprecher 1:  
Ja.

Alberto Villoldo:  
Es fängt mit dem Darm an. Und wissen Sie, wie Sie Ihre Darmflora bekommen? Wenn Sie ein Baby im Bauch haben, ist es absolut hygienisch und steril. Ein Kind bekommt seine Darmflora, wenn es durch den Geburtskanal geht.

Sprecher 1:  
Richtig.

Alberto Villoldo:  
Und dort besiedelt die Flora die Haut und den Darm. Und dann, indem das Kind rausgeht und alles in den Mund steckt.

Sprecher 1:  
Ja, sich mit der Erde verbinden.

Alberto Villoldo:

Sie verbinden sich mit der Erde, ja, und Sie bevölkern Ihre Darmflora. Und die Flora ändert sich ständig. Ihre DNS wird sich niemals ändern. Bei der DNS können Sie Ihre genetische Expression verändern. Wir nennen das Epigenetik. Sie können das durch Ihre Nahrung tun, die Sie essen, die bestimmte Gene anregt, sich auszudrücken oder nicht, durch Vergebung, durch Meditation oder durch die Hochregulatoren, die Kurkuma, das Resveratrol, das Sulforaphan.

Aber Ihr Biom, Ihr Mikrobiom, ändert sich ständig. Wenn Sie eine gesunde Flora erhalten können, werden Sie die Substrate des Gehirns produzieren, mit denen Sie die Glücksmoleküle und die psychosomatische Gesundheit erzeugen können.

Sprecher 1:

Ich möchte auf das zurückkommen, worüber Sie gesprochen haben: Wenn man sich einmal dazu verpflichtet hat, ein Erdenbewahrer zu sein, was eine Demonstration des Bewusstseins ist ... „Ich werde in der Welt bewusster sein. Ich werde andere Menschen eher als goldene Buddhas betrachten anstatt als Trennung und Angst.“ Und dann haben Sie etwas darüber gesagt, den Probiotika zu sagen, dass Sie nicht der Feind sind, Sie nicht bössartig sind. Können Sie ein wenig über Absicht und Energie sprechen und wie Bewusstsein unsere gesamte Erfahrung steuert?

Alberto Villoldo:

Wissen Sie, wir träumen andauernd die Welt ins Sein. Die Welt, die wir erleben, ist eine Reflexion, ein Spiegel unseres leuchtenden Energiefeldes und unserer Absicht. Sie reflektiert uns den Zustand unserer Liebe und unserer Absicht. Letztendlich geht es also nur um die Liebe, die Sie erschaffen können, und die Absicht, die Sie konzentrieren können. Absicht ist das, was die Kräfte der Schöpfung organisiert, sich auf eine Weise zu manifestieren, die schön oder bössartig oder tödlich oder giftig ist. Wenn Sie also mit Ihrer Absicht arbeiten können, muss Ihre Absicht mit einem höheren Zweck verbunden sein. Es geht also nicht nur darum, Gesundheit für mich selbst zu schaffen, sondern für alle Wesen.

Und die Medizin, die ich praktiziere, heißt, ein Erdenbewahrer zu werden. Ich verpflichtete mich, ein Wächter allen Lebens auf der Erde zu sein. Und dann unterstützt mich alles Leben auf der Erde, seien es der Salat und die Karotten, die ich in meinem Salat hatte, oder das tierische Eiweiß, das Sie gegessen haben. Es ist nicht mehr nur tierisches Eiweiß. Sie nehmen den Geist eines Lachses auf. Der Geist des Lachses ist jetzt in Ihnen. Und Sie ehren das und sprechen zu allen Kreaturen und allen Wesen. Bei Ihren Probiotika, zum Beispiel: Wir nehmen unsere Probiotika und wir nehmen eine Kapsel und das bringt nichts. Sie werden direkt durch Sie hindurch gehen, weil diese

Probiotika dehydriert wurden und jetzt in einem Magen aufwachen, der voller Säure ist, und das wollen sie nicht tun.

Sie sollten diese Kapsel öffnen und fünf Minuten lang in warmes Wasser legen, damit sie sich rehydrieren, aufwachen und dann eingenommen werden können. Aber bevor Sie sie nehmen, sprechen Sie mit ihnen und sagen ihnen: „Schaut, ich bin Teil der Lösung. Ich bin hier, um Schönheit in der Welt zu erschaffen. Ich bin hier, um Heilung zu bringen und um die Manifestation des höchsten Guts für die ganze Menschheit und alle Kreaturen zu bringen.“ Und dann werden alle Kreaturen Sie unterstützen.

Sprecher 1:

Das ist toll. Zwei letzte Fragen. Vergebung – Sie haben es zweimal erwähnt – ist manchmal sehr schwer. Haben Sie irgendwelche praktischen Tricks, wie wir vergeben können? Ich habe erst ein Gespräch mit einer Frau geführt, die versucht, ihre Schwiegermutter als den goldenen Buddha anzusehen, aber sie kann es einfach nicht. Sie kann nicht durch diese Spannung in der Beziehung sehen. Ich habe jemanden in meiner Familie, bei dem ich nicht weiterkommen. Und er ist immer ein Lehrer. Wie können wir vergeben? Wie können wir den goldenen Buddha sehen, obwohl sie uns verrückt machen oder uns enorm verletzen oder es weiterhin tun?

Alberto Villoldo:

Vergebung ist wirklich wichtig für den Heilungsprozess und hat damit zu tun, die Lektionen zu lernen, die das Leben Ihnen anbietet. Sie müssen sich daran erinnern, dass Schmerz Teil des Lebens ist, aber Leiden optional ist. Leiden ist das, was passiert, wenn man nicht direkt durch Wissen lernt. Und Vergebung ist die Art und Weise, wie Sie wieder mit dem Lernen in Einklang gebracht werden direkt durch Weisheit.

Es kam einmal ein Student zu mir und sagte: „Ich habe meiner Mutter endlich vergeben. Sie ist der schrecklichste Mensch. Sie ist misshandelnd. Ich habe ihr endlich vergeben.“ Und ich sagte: „Glückwunsch. Aber haben Sie sie gebeten, Ihnen zu vergeben?“ Und sie sagte: „Warum? Sie war missbräuchlich, sie hat mich geschlagen, sie war Alkoholikerin.“ Ich sagte: „Nun, wenn sonst nichts, denken Sie daran, dass Sie neun Monate in ihrem Bauch waren und ein Parasit waren. Sie haben gegessen, bevor sie aß. Wenn Sie Kalzium brauchten, nahmen Sie es aus ihren Knochen. Bitten Sie sie, Ihnen zu vergeben.“ Einfach zu sagen: „Bitte vergib mir“, ist so heilsam. Oder zu einem anderen zu sagen: „Ich vergebe dir. Alles ist gut.“

Sobald Sie daraus eine Aussage machen, die wahr ist, – Ihre Absicht muss dahinter stehen – wird sie zu einem Akt der Macht. Und dann geschieht eine ungeheure Heilung, und zwar augenblicklich.

Sprecher 1:  
Großartig.

Alberto Villoldo:  
Sie können also nicht sagen: „Ich vergebe dir, du Miststück.“

Sprecher 1:  
Verdammt.

Alberto Villoldo:  
Weil es kein...  
Das wird nichts bringen. „Ich vergebe dir. Danke für die Lektionen, egal ,wie schwierig sie waren.“ Und das wird ein Akt der Macht, wenn Sie es liebevoll und mit Absicht sagen. Liebe und Absicht zusammen ... wenn sie sich verbinden, wird es ein Akt der Macht, der die Realität organisiert, um eine große Wahrheit zu reflektieren.

Sprecher 1:  
Großartig. Dankeschön. Die letzte Frage ist: Was ist Ihre Hauptbotschaft bezüglich des Heilens?

Alberto Villoldo:  
Ich habe vor nicht allzu langer Zeit eine sehr große Heilungsreise durchgemacht, bei der diagnostiziert wurde, dass eine Leber nicht mehr funktionierte. Ich brauchte eine Lebertransplantation. Es hieß, ich solle mich auf eine Lebertransplantationsliste setzen. Ich hatte mir Parasiten und Viren eingefangen, als ich Anthropologe im Dschungel Asiens, Afrikas und Amerikas war. Und ich hatte Löcher in meinem Herzen und Parasiten in meinem Gehirn. Ich wusste, dass ich wahrscheinlich eine neue Leber und vielleicht ein neues Herz bekommen würde, aber wo sollte ich ein neues Gehirn finden, ein gutes Gehirn? Das ist wirklich schwer zu finden.

Also ging ich zur westlichen Medizin, um die Parasiten zu töten. Die westliche Medizin ist wirklich gut darin, Dinge zu töten. Aber dann musste ich die Energiemedizin nutzen, um eine neue Leber wachsen zu lassen, ein neues Herz und ein neues Gehirn, was ich heute geschafft habe. Ich musste also feststellen, was ich Menschen die ganze Zeit über beigebracht habe: dass wir ein lebendiges Wunder sind und dass wir Teil eines Experiments bezüglich Intelligenz, Bewusstsein und Spiritualität sind. Und Sie möchten Teil der Versuchsgruppe sein, nicht der Kontrollgruppe. Und für mich ist die Versuchsgruppe, in der N gleich 1 ist. Die Anzahl der Personen im Versuch, in meinem Versuch, ist 1, ist Alberto.

Wenn Sie also die Tatsache annehmen können, dass Sie ein lebendiges Wunder sind und dass Sie das Göttliche sind, das Schöpfung durch Ihre Absicht und Ihre Liebe ausdrückt, ist es das, was Sie manifestieren werden.