

LYNNE MCTAGGART – TRANSKRIPT

Interviewerin:

Stellen Sie sich vor und erzählen Sie und von Ihrer Arbeit.

Lynne McTaggart:

Ich bin Lynne McTaggart, Autorin mehrerer internationaler Bestseller: „Das Nullpunkt-Feld“, „Intention“, mein neuestes Buch „Die Kraft der Acht“. In meiner Arbeit geht es um die neue Wissenschaft und darum, die Wissenschaft der Spiritualität zu verstehen, wo sich die beiden treffen, aber auch um die Kraft unserer Gedanken und die Tatsache, dass Gedanken etwas sind, das physische Materie verändern kann, und auch die Tatsache, dass sich das in einer Gruppe verstärkt. Ich habe das in dem sogenannten Intentionsexperiment getestet, bei dem von Zeit zu Zeit wissenschaftliche Studien mit meinen Lesern und Wissenschaftlern auf der ganzen Welt durchgeführt werden, um zu testen, wie weit wir die Kraft unserer Gedanken bringen können.

Interviewerin:

Toll. Ihr erstes Buch war „Das Nullpunkt-Feld“ und es war sozusagen der Beginn Ihrer Entdeckung, wie wir alle verbunden sind und wie Gedanken zu Dingen werden oder Materie beeinflussen können. Können Sie uns ein wenig über das Nullpunkt-Feld erzählen und von einigen der globalen Intentionsexperimente, die Sie gemacht haben?

Lynne McTaggart:

Ich war fasziniert von der Idee, dass es viele Studien gibt, die zeigen, dass spirituelle Heilung funktioniert. Also dachte ich mir, wenn man einen Gedanken nehmen und an jemand anderen senden können, damit es ihm besser geht, würde dies alles untergraben, was wir über die Funktionsweise des Universums denken. In den späten Neunzigern begann ich, mit vielen führenden Wissenschaftlern, Physikern und Biologen zu sprechen. Ich entdeckte, dass sie am Rande einer neuen Wissenschaft standen, einer völlig neuen Sicht der Welt.

Der Grund für all das war die Entdeckung, dass wir alle Teil eines riesigen Energiefeldes sind, eines Quantenenergiefelds. Und das hat viele Implikationen. Erstens sind wir keine soliden und stabilen Dinge. Wir sind auch keine Ansammlung von Chemikalien und elektrischen Signalen. Wir sind viel subtiler. Wir sind eine Sammlung von Schwingungsenergie auf subatomarer Ebene.

Unsere subatomaren Teilchen tauschen untereinander Energie aus, aber auch mit allen Dingen im ganzen Universum. Dieses kleine Tennisspiel findet also zwischen allen Dingen auf der ganzen Welt statt. Und das hat ein paar großartige Implikationen.

Subatomare Partikel sind auch Wellen und haben eine unendliche Kapazität, Informationen zu speichern. Wenn also zwei Wellen aufeinander treffen, nehmen sie die Informationen der anderen auf.

Im Grunde ist dieses Feld also wie ein Mutterschiff aller Informationen des Universums für alle Zeiten. Wellen gehen auch bis ins Unendliche. Wenn wir also Teil dieses riesigen Energiefelds sind, haben wir die Fähigkeit, überall im Universum auf Informationen zuzugreifen. Ich habe verstanden, dass dies die Vorstellung von Heilung wirklich verändert, denn wenn wir keine getrennten Dinge in einem getrennten Universum und einem getrennten Planeten sind, haben wir Einfluss aufeinander. Und sicherlich war der Beweis, den ich gesehen habe, dass eines der Dinge, die einen großen Einfluss haben, Gedanken sind. Gedanken sind eigentlich Eindringlinge, die in andere Menschen und Dinge eindringen und diese verändern können.

Interviewerin:

Das ist großartig, Informationen werden ständig über dieses Feld ausgetauscht. Wir sind alle verbunden. Es zeigt, wie sich Wissenschaft und Spiritualität überschneiden. Es erklärt, warum Gebete oder Intentionen oder gute und schlechte Schwingungen wirken können. Sprechen Sie mit mir darüber, wie dies durch die globalen Intentionsexperimente demonstriert wird, und auch jetzt in den kleineren Gruppen zur Heilung.

Lynne McTaggart:

Nachdem ich erforscht hatte, was zu „Das Nullpunkt-Feld“ wurde, hatte ich unerledigte Geschäfte: eine Menge Beweise, die durch Experimente dieser Wissenschaftler erbracht wurden, dass Gedanken tatsächlich etwas sind, das physische Materie verändern kann. Ich habe einen Hintergrund als investigative Reporterin. Die Journalistin in mir sagte im Grunde: „Wie weit können wir das treiben? Sprechen wir von sehr subtilen Effekten wie die Veränderung eines Quantenteilchens? Reden wir davon, Krebs mit unseren Gedanken zu heilen?“ Also beschloss ich, dies auf die ultimative Probe zu stellen. Ich kannte viele Wissenschaftler, aus der Bewusstseinsforschung und hatte viele Leser auf der ganzen Welt, weil es „Das Nullpunkt-Feld“ in 30 Sprachen gibt. Also dachte ich: „Wenn ich diese beiden Dinge zusammenbringe, habe ich das größte globale Labor der Welt.“

Und das habe ich gemacht. Von Zeit zu Zeit bat ich einen Wissenschaftler an der University of Arizona oder der Penn State University, der University of California, eine gut geführte Studie zu erstellen. Dann lud ich meine Leser oder ein tatsächliches Publikum, wenn ich irgendwo sprach, ein, die gleiche Intention zu senden, um dieses Ziel zu erreichen. Und wir fingen klein an und versuchten, Samen schneller wachsen zu lassen und Wasser zu reinigen. Wir gingen weiter und versuchten, die Gewalt in Kriegsgebiete-

ten und Gebieten mit hoher Gewalt in Amerika und anderswo zu verringern und sogar jemanden mit posttraumatischer Belastungsstörung zu heilen. Bis heute haben wir 33 Experimente durchgeführt. Ich war mir nicht sicher, ob es funktionieren würde, aber es funktionierte. Es hat wirklich funktioniert. Von diesen 33 Experimenten zeigten 29 messbar positive, meist signifikante Effekte. Um einen Kontext zu liefern: Es gibt kein Medikament, das eine so konsistente Erfolgsbilanz vorweisen kann.

Interviewerin:

Wie lange halten diese Leute ihre Intention – für 10 Minuten oder eine Stunde? Wie sieht es aus?

Lynne McTaggart:

Das Erstaunlichste an den Intentionsexperimenten und meinen „Kraft der Acht“-Gruppen ist, dass es nicht jahrelange disziplinierter Übung oder Stunden der Vorbereitung braucht, um diese Art von Arbeit zu machen. Jedes einzelne Intentionsexperiment, jede einzelne „Kraft von acht“-Gruppe sendet die Intention nur für 10 Minuten. Dennoch haben wir diesen außergewöhnlichen Effekt. Mit den Intentionsexperimenten zum Frieden, bei denen wir die Gewalt in mehreren Kriegsgebieten verringern wollten – wir hatten übrigens in allen sieben Erfolg –, haben wir es mehrere Tage lang gemacht. Wir hatten zehnminütige Sitzungen an sieben oder acht Tagen und haben außergewöhnliche Effekte gesehen. Das ist die wahre Kraft der Gruppenintention. Man muss kein Sufi-Meister oder buddhistischer Mönch sein, um etwas bewirken zu können. Sie haben diese Heilkraft in sich. Die hat jeder.

Interviewerin:

Okay. Ich versuche, diese ganze globale Intention zu umfassen. Sprechen wir über das Experiment der vom Krieg zerrissenen Gebiete. Wie funktioniert das, wenn all diese Leute Intentionen ins Feld schicken? Ich kann es bei einer kleinen Gruppe verstehen, aber ich weiß nicht. Erzählen Sie mir mehr über diese globale Intention.

Lynne McTaggart:

Ich bin zu dem Schluss gekommen, dass es so etwas wie ein übersinnliches Internet gibt. Um Ihnen ein Beispiel zu geben: Wir haben in einer unserer Studien versucht, Samen schneller wachsen zu lassen. Wir arbeiteten mit der University of Arizona. Sie bereiteten vier Sets mit 30 Samen vor, machten Fotos davon, schickten sie uns und bezeichneten sie als A, B, C und D. Das erste Mal, als wir dieses Experiment durchführten, hatte ich ein Publikum in Sydney, Australien. Also bat ich die 700 Leute, einen der Saatgutsätze zu wählen. Sie entschieden sich für D. Wir sagten den Wissenschaftlern nicht, welche wir wählten. Wir schickten Intentionen zu diesen Samen und die Wissenschaftler pflanzten sie. Sie pflanzten alle vier Samensätze und wussten nicht, zu

welchen wir die Intention geschickt hatten. Fünf Tage später maßen sie sie. Erst dann entblendeten wir die Studie und sagten, welchen wir die Intentionen gesendet hatten. Sie entdeckten, dass die Samen, denen Intentionen zugesandt worden waren, deutlich höher wuchsen als die Kontrollsamensamen.

Wir haben diese Studie fünfmal durchgeführt. Jedes Mal sendeten wir Intentionen – aus Rhinebeck, New York, South Carolina und Dallas, Texas, Los Angeles und über das Internet mit meinem internationalen Publikum. Jedes Mal wuchsen die Samen mit der Intention signifikant höher als die Kontrollsamensamen. Denken wir also über dieses erste Experiment nach. Ich war hier in Sydney, Australien, die Samen waren dort und wir sendeten Intentionen dorthin. Die Samen waren in Tucson, Arizona, 8.000 Meilen entfernt. Und wir sendeten keine Absichten zu der Sache, sondern zu einem Foto der Sache. Trotzdem erhielten wir einen Effekt. Das zeigt also, wie wir durch das Feld unsere Aufmerksamkeit auf Dinge lenken und diesen Effekt haben können. Und was mir selbst in kleinen Gruppen aufgefallen ist, ist, dass man im selben Raum sein muss. Es funktioniert genauso gut, wenn wir es über Skype oder Zoom machen. Man kann diese „Kraft der Acht“-Kreise virtuell erzeugen. Sie können ein übersinnliches Internet schaffen, wo immer Sie sind, durch gemeinsame Gedanken.

Interviewerin:

Das ist bemerkenswert. Was bedeutet die Nummer Acht? Es ist das Unendlichkeitszeichen und es hat spirituelle Konnotationen, aber wie sind Sie auf die Acht gekommen?

Lynne McTaggart:

Die Kraft der Acht ist zufällig entstanden. 2008 entschied ich, nachdem wir einige Intentionsexperimente gemacht hatten, dass es Zeit war, dies auf einen Workshop zu reduzieren. Aber ich wusste nicht, wie. Eines Tages saß ich mit meinem Mann zusammen und sagte: „Ich weiß nicht, was ich tun soll. Ich werde sie wohl in Achtergruppen zusammensetzen und Heilungsintentionen an ein Gruppenmitglied mit irgendeiner Krankheit senden lassen.“ Mein Mann, ein toller Schlagzeilenautor und Journalist, sagte: „Das gefällt mir: die Kraft der Acht.“ Genau so hat es angefangen. Wir hatten unseren ersten Workshop in Chicago. Wir machten Achtergruppen und ließen sie Heilungsintentionen an eine Person mit einer Krankheit senden. Ich dachte, dass es eine Übung zum Wühlfühlen sei, wie eine Gesichtsbehandlung, nichts weiter. Am nächsten Tag kamen die Leute zurück und wir ließen die Empfänger davon berichten, was passiert war. Und das haben sie uns gesagt: Dinge wie: „Ich sollte ein neues Knie bekommen. Ich konnte kaum gehen. Heute gehe ich normal.“ „Ich hatte eine schlimme Depression. Sie wurde aufgehoben.“ „Ich habe schreckliches RDS. Heute fühlt sich mein Darm normal an.“ „Ich habe einen grauen Star und es geht mir 80% besser.“ Und so ging es weiter und weiter.

Ich war verblüfft. Ich dachte, das es ein Placebo-Effekt sein musste. Aber bei jedem Workshop, egal wo ich auf der Welt war, und das auf der ganzen Welt vom Nahen Osten bis nach Südamerika, brachte ich Leute in Gruppen zusammen und nicht nur die Empfänger, sondern auch die Sender wurden gesund. Ich hatte keine Ahnung, was hier funktionierte. Sicherlich mussten es nicht acht sein. Fünf und zwölf funktionieren auch. Es muss einfach eine kleine Gruppe sein. Wenn es mehr als 12 sind, wird es etwas unhandlich. Wenn es weniger als vier oder fünf sind, ist es nicht wirklich eine Gruppe. Acht ist der ideale Punkt. Es ist wie eine Goldlöckchenfigur. Nicht zu groß, nicht zu klein. Es gibt keine andere Bedeutung als eine Gruppe, ein Gruppeneffekt und ein erstaunlicher sofortiger Heilungseffekt.

Aber was für mich am außergewöhnlichsten ist: ich mache diese Experimente immer und immer wieder, sogar in einer Konferenzumgebung, in der die Leute nicht mal wirklich mit mir arbeiten, und es gibt sofortige Heilungen. 10 Minuten, mehr ist es nicht. Es gab beispielsweise eine Person mit schrecklicher Arthritis, deren Knie so wackelig waren, dass sie kaum stehen konnte. Nach den 10 Minuten machte sie eine tiefe Hocke und konnte ihre Operation absagen. Eine andere Frau hatte einen Schlaganfall und konnte ihre Augen nicht fokussieren. Nach ihrer Heilungsabsicht konnte sie normal fokussieren. Menschen mit Krebs im vierten Stadium machten ihren Krebs rückgängig. Bei einer Frau mit Skoliose richtete sich der Rücken hinterher so sehr auf, dass sie den Rückspiegel ihres Autos anpassen musste. Und so weiter und so weiter. Tausende Male. Und nicht nur gesundheitliche Probleme. Menschen haben diese „Kraft der Acht“-Gruppen genutzt, um andere Teile ihres Lebens zu heilen. Ihre finanzielle Situation, ihre Karriere, die festgefahren war, ihre Beziehungen, die entfremdet waren. Sogar der Sinn ihres Lebens. All dies scheint sich mit regelmäßigen Treffen in der „Kraft der Acht“-Gruppen zu verbessern.

Interviewerin:

Das ist großartig. Sie haben den Placebo-Effekt erwähnt. Wenn jemand stark davon überzeugt ist, macht man es einmal und ist fertig? Macht man die „Kraft der Acht“-Heilung und, zack, hat man keine Arthritis mehr? Menschen mit Krebs müssen ihren Lebensstil radikal ändern: die Ernährung ändern, emotional heilen. Für die skeptischeren Menschen: Muss man diese Gruppenheilungen mehr als einmal durchführen, damit sie wirklich wirken, oder kann man es einfach 10 Minuten lang machen, die Heilung erhalten und dann nichts anderes im Leben ändern?

Lynne McTaggart:

Ich denke, es ist immer ratsam, sich gut zu ernähren und Sport zu machen. Heilung hat mehrere Säulen, die wirklich wichtig sind. Eines der wichtigsten Elemente eines jeder gesunden Lebensweise ist die Gemeinschaft. Das ist etwas, das wirklich übersehen

wird. Aber wenn Sie sich die Belege ansehen, ist die Gemeinschaft von zentraler Bedeutung für die Gesundheit der Menschen. Die meisten Menschen begehen Selbstmord, aufgrund dessen, was Psychologen übermäßige Individuation nennen. Sie fühlen sich ausgeschlossen. Zugehörigkeit ist für uns so wichtig. Wenn Sie eine Gruppe von Freunden haben, eine starke Gemeinschaft, schützt Sie das vor Herzkrankheiten, Schlaganfällen und sogar Erkältungen.

Die „Kraft der Acht“-Gruppen bewirken weit mehr als der Placebo-Effekt. Natürlich gibt es da ein Element des Glaubens, aber wir haben Heilungen mit Menschen erlebt, die nicht glaubten, sehr skeptisch waren. Wir halfen dabei, einen Jungen zu heilen, der versucht hatte, sich umzubringen, indem er sich von einem 12 Meter hohen Haus auf harten Boden stürzte. Er kam aus dem Krankenhaus. Es wurde nicht erwartet, dass er überleben würde. Unsere Gruppen schickten ihm über drei Wochen hinweg Heilungsabsichten, während sein Stiefvater uns laufend informierte, was mit ihm los war. Er verließ das Krankenhaus in Rekordzeit. Ich weiß, dass es kein Placebo-Effekt war, weil er wie die meisten 15-Jährigen der Meinung war, dass die Vorstellungen seiner Eltern über die Kraft der Intention ziemlich dumm waren. Es war also kein Placebo.

Es passiert Folgendes: Zuerst gibt es die Kraft der Intention. Die ich habe aus jedem Blickwinkel in meinem Buch „Die Kraft der Acht“ und anderswo untersucht. Es gibt auch einen Gruppeneffekt, den Wissenschaftler gerne als kollektive Effervescenz bezeichnen. Mit einer Gruppe passiert etwas Magisches. Aber das Schlüsselstück hier ist der Altruismus. Ich habe festgestellt, dass der Gruppeneffekt ein Geben und Empfangen ist. Und viele Menschen haben tatsächlich bessere Effekte, ihr eigenes Leben beginnt zu heilen, wenn sie sich von sich selbst lösen und Intentionen für jemand anderen haben. Ich entdeckte das, als ich diese Gruppen ein ganzes Jahr lang erforschen wollte. Ich veranstaltete zum ersten Mal das, was meine Intention-Masterclass geworden ist, die ich zum Jahresbeginn anfangen und ein ganzes Jahr dauert. Ich unterrichte die Menschen und bringe sie dann für ein ganzes Jahr in Gruppen zusammen. Sie treffen sich virtuell, weil diese Menschen aus der ganzen Welt sind.

Was ich in der ersten entdeckte, war, dass die Menschen anfangs einige erstaunliche Heilungen hatten. Wir hatten jemanden mit lebenslanger Selbstmorddepression. Wir baten seine Gruppe, die Intention zu haben, dass er die Ursache finden würde. Dieser Kerl war klinischer Psychologe und integrativer Spezialist. Er hatte also alles ausprobiert. Seine Gruppe hatte die Intention, dass er die Ursache seiner Krankheit finden würde, und plötzlich kam es ihm in den Kopf, einen chinesischen Kräuterkenner aufzusuchen. Dieser stellte fest, dass eines seiner Leberfiltersysteme nicht funktionierte. Und damit hatte Mitchell das geklärt und überwand seine lebenslange Depression. Wir hatten viele Fälle solcher Fälle: Menschen, die finanzielle Probleme hatten und neue Traumjobs bekamen, als ihre Karriere festgefahren war.

Aber ein paar Leute kamen nicht weiter. Eine davon war eine Frau namens Andy. Andy ließ sich gerade scheiden, hatte zwei kleine Kinder und brauchte einen neuen Job. Sie war talentiert im Marketing, talentierter Coach und fand keinen Job, egal, was sie versuchte. Wir machten eine Menge Dinge mit ihr, ich und ihrer Gruppe. Schließlich war ich entnervt und sagte nur zu ihr: „Andy, lassen Sie von sich selbst ab. Haben Sie Intentionen für jemand anderen, der in einer schlimmeren Situation steckt als Sie.“ Das tat sie. Sie hatte Intentionen für diesen Jungen, der versucht hatte, sich umzubringen, Luke. Was sie entdeckte, war noch erstaunlicher als das, was Luke widerfahren ist. Innerhalb weniger Tage, nachdem sie von sich abgelassen hatte, bekam sie einen Anruf aus dem Nirgendwo, der ihr ihren Traumjob anbot.

Das passierte immer mehr und mehr, sodass ich anfang, die Wissenschaft des Altruismus zu erforschen. Und es ist erstaunlich. Altruismus ist wie eine kugelsichere Weste. Menschen, die Dinge für andere Menschen tun, leben länger, glücklicher und gesünder. Alles, was für jemand anderen getan wird, hilft Ihnen. Menschen, die krank sind und anderen mit der gleichen Krankheit helfen, werden schneller gesund. Es ist wirklich außergewöhnlich. Aber das, was mich wirklich überzeugt hat, war eine Studie, in der zwei Gruppen von Menschen untersucht wurden. Eine Gruppe lebte das sogenannte gute Leben. Sie hatten jede Menge Geld, sie machten viel Urlaub, sie suchten nach Vergnügen. Sie lebten den Traum. Als Wissenschaftler ihre Immunsystemmarker betrachteten, stellten sie fest, dass sie schrecklich waren. Diese Leute würden massenhaft eingehen. Sie würden bald an irgendwelchen degenerativen Krankheiten sterben: Herzerkrankungen, Diabetes, Alzheimer.

Dann sahen sie sich eine andere Gruppe an, die nicht so wohlhabend war, aber ein Leben im Dienst führte. Diese Leute würden für immer leben. Ihr Immunsystem war so robust. Sie würden ein langes und gesundes Leben führen. Und das sprach Bände über die Kraft des Von-sich-Ablassens. Die Kraft, das zu vermeiden, war wir alle über die persönliche Entwicklung denken, die Selbsthilfebewegung. Denken Sie über diese Worte nach: Selbsthilfe. Es ist so auf sich selbst konzentriert und ich denke, dass daran etwas Giftiges sein kann. Was wir wirklich tun müssen, ist, an anderer Hilfe zu arbeiten, wenn wir unsere eigene Gesundheit wirklich verbessern wollen.

Interviewerin:

Es klingt, als würde Ihre Forschung wirklich zeigt, was diese spirituellen Prinzipien, die es schon immer gibt, sagen: „Wo zwei oder mehr versammelt sind ...“ oder „Wenn wir geben, bekommen wir.“ Ist die Kraft der Intention dasselbe wie Meditation oder Gebet? Ist es so, als würden wir für jemanden beten? Wie können wir das am besten machen?

Lynne McTaggart:

Ich habe etwas Interessantes entdeckt, als ich versuchte, frühere Geschichte dazu zu finden. Nachdem ich die Kraft der Acht entdeckt hatte, dachte ich: „Jemand anderes hat vor mir daran gedacht.“ Also konsultierte ich einige Experten für indigene Praktiken und esoterische Religionen. Natürlich gab es viele Gruppen. In den meisten großen Religionen gibt es Gebetsgruppen. Die protestantische und katholische Religion haben Gebetsgruppen. Die jüdische Religion hat den Minjan. Sie brauchen 10 Leute, wenn sie jemanden heilen wollen. Die islamische Religion bringt Menschen in Gruppen und Kreisen um die Kaaba. Aber soweit mir alle diese Experten sagen konnten, kannte niemand irgendwelche Praktiken, bei denen es diesen außergewöhnlichen Rückpralleffekt gab, den ich sah, bei dem die Sender und die Empfänger geheilt wurden.

Und auch in meinen Intentionsexperimenten war ich erstaunt, dass es eine Art Spiegeleffekt gab. Die Leute, die Intentionen für den Frieden aussandten, habe ich danach befragt, alle unsere Teilnehmer. Zehntausende hatten diese Experimente gemacht. Es kamen Tausende von Umfragen zurück, in denen stand: „Ich fühlte mich als Teil eines höheren Netzwerks. Ich habe unkontrolliert geweint.“ Und noch wichtiger: „Ich habe mich mit meiner entfremdeten Frau oder meinem Ehemann versöhnt. Ich habe mich mit meinem Sohn verbunden. Ich hatte seit Jahren nicht mit ihm gesprochen. Ich verstehe mich mit meinen Kollegen besser. Meine Familie und ich verstehen uns besser.“ Aber das war das Erstaunliche: Etwa die Hälfte der Leute sagte: „Ich liebe jeden, mit dem ich in Kontakt komme.“ Menschen umarmten Fremde. Ich fing an, zu begreifen, dass etwas an dieser Gruppenintention eine Art Spiegeleffekt erzeugt. Wenn Sie Frieden beabsichtigen, wird Ihr Leben friedlicher. Als wir Heilungsintentionen für einen Mann mit posttraumatischer Belastungsstörung machten, schrieben Tausende von Menschen zurück, sie hätten eine persönliche Heilungen gehabt.

Das konnte ich in keiner esoterischen Praxis finden, bis ich eine wenig bekannte Predigt von einem Baptistenprediger fand, der argumentierte, dass es in der Bibel falsche Übersetzungen gab. Er sprach über die Apostelgeschichte, den Teil, in dem die Apostel die neue Kirche errichten und versuchen, den Anweisungen Jesu zu folgen. Das ist nach der Kreuzigung usw. Es geht darum, wie er sie angewiesen hatte, zu beten. In der King-James-Version heißt es, sie sollten geschlossen beten. Das ist eine sehr kraftlose Art zu sagen, was wirklich in der Bibel steht. Das Wort im hellenischen Griechisch, das Original war Homothumadon. Das ist ein Adverb, das bedeutet: leidenschaftlich und mit einer Stimme. Es ist auch ein musikalischer Begriff. Denken Sie an eine Beethoven-Symphonie, in der all diese Instrumente für diesen kollektiven Klang zusammenkommen. Das hat Jesus ihnen also gesagt. „Betet leidenschaftlich und mit einer Stimme.“ Und er sagte auch: „Du wirst heilen und du wirst geheilt werden.“

Also fing ich an, über all das nachzudenken, dass vielleicht etwas in der Kraft der Zwölf steckt. Vielleicht war es deshalb so wichtig, die zwölf Apostel zu haben. Bei der Gründung ihrer Kirche versammelten Sie zunächst etwa 120 Menschen und alle beteten leidenschaftlich und mit einer Stimme. Ich dachte ich: Wow, das gibt es schon lange. Dies ist Jesu Kraft der Zwölf. Aber es unterscheidet sich sehr von Gebet und Meditation, die wir kennen. Es hat gewisse Bezüge zum Gebet, aber ich sage den Leuten immer, bei der Intention sehr spezifisch zu sein. Wenn Sie beten, überlassen Sie die Entscheidung oft dem Universum oder eine höhere Quelle. Sie sagen: „Dein Wille geschehe.“ Aber Intention ist eine spezielle Anforderung an das Universum. Es ist auch ganz anders als Meditation. Ich weiß das, weil der Skeptiker in mir die Gehirnströme der Teilnehmer untersuchen musste. Ich musste herausfinden, was vor sich ging.

Zum Glück war die Life University, eine der größten Chiropraktik-Universitäten der Welt, auch davon fasziniert. Sie stellen mir ihre Abteilung für Neurowissenschaften zur Verfügung. Wir machten eine Reihe von Experimenten mit studentischen Freiwilligen. Wir steckten sie in „Kraft der Acht“-Gruppen und setzten einem Mitglied eine EEG-Kappe auf, die die Sendung durchführte. Wir stellten sehr schnell fest, dass diese Person große Veränderungen in der Gehirnwelle erfuhr. Die Teile des Gehirns wurden gemäßigert, die dazu beitragen, dass wir uns getrennt fühlen. Besonders die Scheitellappen, die genau hier am Hinterkopf sitzen. Sie sagen uns, was wir sind und was nicht. Sie helfen uns, uns durch den Raum zu bewegen. Sie wurden stark gedrosselt. Auch Teile der rechten Frontallappen, die mit Sorge, Zweifel und Negativität zu tun haben, wurden auch runter gedreht. Und auch andere Teile, die das Gefühl von Trennung hervorrufen. Das waren Gehirnwellen-Signaturen von Menschen in einem Zustand ekstatischer Einheit. Sie unterschieden sich deutlich von den Gehirnstrom-Signaturen, die bei meditierenden Menschen aufgenommen wurden.

Sie waren den Gehirnstrom-Signaturen näher, die von Dr. Andrew Newberg an der Universität von Pennsylvania aufgezeichnet wurden: von Sufi-Meistern inmitten des Gesangs und buddhistischen Mönchen inmitten ekstatischen Gebets. Dies waren Menschen, die im Grunde eine mystische Erfahrung machten. Ein Zustand ekstatischer Einheit. Aber hier war das Erstaunliche: Sie brauchten keine jahrelange Übung, wie man sie braucht, um Sufi-Meister zu werden. Sie mussten sich nicht stundenlang vorbereiten und in den richtigen Zustand zu kommen, wie man es als buddhistischer Mönch im ekstatischen Gebet tut. Es waren studentische Freiwillige, die noch nie zuvor meditiert hatten, geschweige denn eine „Kraft der Acht“-Gruppe gebildet hatten. Sie hatten nur ein 12-minütiges Video von mir, in dem sie ansatzweise erfuhren, was zu tun war. Trotzdem wurden sie in diesen unglaublichen mystischen Zustand versetzt.

Es gab also nur eine Schlussfolgerung, die ich daraus ziehen konnte: Sie brauchen keine Schwitzhütten und müssen nicht stundenlang auf den Knien kriechen oder stundenlang in einen veränderten Zustand wechseln. Alles was Sie brauchen, ist eine Gruppe, und Sie haben einen schnellen Weg zum Wundersamen.

Interviewerin:

Das ist unglaublich. Für jemanden wie diese Frau – Annie war, glaube ich, ihr Name –, der Sie sagten, sie solle von sich ablassen... Damit die Person, die die Intention sendet, die Gehirnwellenveränderung, die heilenden Wirkungen, die ekstatische Einheit fühlt... Kann sie das allein tun, um die Aufmerksamkeit von sich selbst zu lösen? Wir schauen oft in den Spiegel, machen uns selbst fertig, und haben diesen Kritiker im Kopf, der sagt, wir seien nicht gut genug, nicht reich genug, nicht dünn genug, was auch immer es ist. Als Weg, um diese Praxis zu implementieren: Können wir 10 Minuten am Tag damit verbringen, eine Heilungsabsicht an eine andere Person zu senden, um die heilende Chemie in unserem Körper freizusetzen, oder braucht man eine Gruppe? Gibt es einen Hack?

Lynne McTaggart:

Sie brauchen keine psychisch anwesende Gruppe. Sie können eine virtuelle Gruppe erstellen. Es gibt Aberhunderte auf meiner Website, wo Leute in mein Forum gekommen sind und sich entweder einer bestehenden Gruppe angeschlossen oder eine gegründet haben. Ich habe Masterclasses, die ein ganzes Jahr laufen, in denen sich Leute virtuell treffen. Sie sind vielleicht in derselben Zeitzone, aber Hunderte von Kilometern entfernt. Und treffen sich jahrelang und haben sich nie tatsächlich psychisch getroffen. Trotzdem ist dies ihre Intentionfamilie. Diese Menschen sind ihnen näher als ihre eigenen Verwandten. Es muss also keine Gruppe anwesend sein, um diese Vorteile des Empfangens und Sendens von Intention zu nutzen. Aber ich glaube, dass Sie eine Gruppe brauchen.

Was die Leute in meiner Community auch machen, ist: Jede Woche gibt es eine Intention der Woche. Drei Personen mit schweren Krankheiten werden ausgesucht und die gesamte Gemeinschaft sendet ihnen zu einer bestimmten Zeit ihre Intention. Dies wird also separat über Ihren Computerbildschirm gesendet, hat jedoch Auswirkungen. Wir hatten einige erstaunliche Heilungen bei den Empfängern, aber wir hatten auch erstaunliche Heilungen bei den Sendern. Es gab eine Frau, die schreckliche, lähmende Arthritis hatte. Sie war eine Malerin, die nicht mehr malen konnte. Sie stieg ein und machte jede Woche Intentionen für die Nominierten der Woche. Und plötzlich verschwand ihre Arthritis. Ich glaube also, dass eine Kraft darin liegt, von sich selbst abzulassen. Das ist wichtiger, als zu sagen: „Was habe ich davon?“ Man muss es mit ehrlichem Herzen tun und einfach sagen: „Ja, ich sende es der Person.“ Seien Sie

sich bewusst: Wenn Sie senden, empfangen sie sowieso. Es ist Teil eines universellen Gesetzes. Aber es bringt Ihnen auch einfach die Wohlfühlatmosphäre und das Wohlfühlgefühl, erstens, Teil von etwas Größerem zu sein, und zweitens, von sich selbst abzulassen und es mit einem gebenden Herzen anzubieten.

Interviewerin:

Letztendlich kommen wir auf diese Welt, werden in diese Welt hineingeboren und es gibt eine Illusion von Trennung. Und so funktioniert unser medizinisches System. Es gibt getrennte Organsysteme und wir suchen etwas außerhalb von uns, um uns selbst zu heilen, wie ein Medikament oder ein Arzt. Es scheint, als liege das Heilelixier letztendlich in Liebe und Verbindung. Können Sie ein bisschen darüber sprechen?

Lynne McTaggart:

Ich habe ein ganzes Buch namens „The Bond“ geschrieben, in dem es darum ging, Darwins Idee vom Überleben des Stärkeren zu widerlegen. Es gibt so viele Beweise dafür, dass wir nie dazu gemacht waren, allein zu sein. Wir sollten immer Teil eines größeren Ganzen sein. Und neben der Zugehörigkeit, die für uns so wichtig ist, müssen wir auch geben. Es gibt ein echtes Bedürfnis in uns, zu geben. Es gibt ein echtes Bedürfnis in uns, fair zu sein. Es gibt ein echtes Bedürfnis in uns, zuzustimmen und Teil von etwas Größerem zu sein. Wenn wir das nicht sind, leiden wir unter an Trennungskrankheit in all diese Dinge. Das ist der Grund, warum die Verbindung so wirksam darin ist, Krankheiten vorzubeugen.

Es gab eine wirklich interessante Studie mit Japanern. Epidemiologen konnten nicht herausfinden, warum Japaner, die wie Schornsteine rauchen, nicht an Krebs und Herzkrankheiten erkranken. Aber sie stellten fest, dass ihre Herzerkrankungsrate sich tatsächlich der amerikanischen annäherte, wenn sie in die USA kamen. Einige japanische Umsiedler hatten jedoch kein erhöhtes Risiko für Herzkrankheiten. Als die Epidemiologen genauer hinschauten, fanden sie etwas wirklich Erstaunliches. Sie fanden heraus, dass Ernährung nichts damit zu tun hatte, ob diese umgesiedelten Japaner eine Herzkrankheit bekamen oder nicht. Entscheidend war nur, ob sie die engen Gemeinschaftsbeziehungen wiederherstellen konnte, die sie im alten Land hatten. Das ist es, was für sie zum Schutz wurde und was die Japaner in Japan schützt. Als sie nach Japan gingen, um sich diesen magischen X-Faktor anzuschauen, wandten sich die Japaner ihnen zu und sagten: „Das ist so offensichtlich. Ihr Amerikaner seid so einsam. Ihr geht sogar alleine die Straße entlang. Jeder kann das sehen.“ Für sie ist die Vorstellung einer solchen Trennung von unserer Art von Einsamkeit wirklich ein Fluch. Sie erleben das nicht.

Das sieht man auch bei vielen anderen Studien depressiver Menschen, Menschen mit einer bestimmten genetischen Neigung zu Depressionen. Wissenschaftler betrachteten zwei Gruppen: eine Gruppe im Fernen Osten und eine Gruppe Amerikaner. Sie stellten fest, dass die Gruppe in Fernost einen höheren Prozentsatz des Gens hatte, das sie hätte depressiv machen sollen, als die Amerikaner. In der fernöstlichen Gruppe kamen Depressionen jedoch viel seltener vor. Das lag daran, dass sie engere Gemeinschaftsbeziehungen haben als wir. Es dreht sich also wirklich alles um die Macht von Gruppen. Harvard-Forscher haben sagt: Wenn Sie nächstes Jahr einer Gruppe beitreten, nur einer, einer Lesegruppe, einer Bowlinggruppe, was auch immer, Sie Ihre Sterbewahrscheinlichkeit halbieren.

Interviewerin:

Es gibt diese Frage nach der Ethik bei Energieheilung oder Fernheilung. Man braucht die Erlaubnis der Person, bevor man an ihr arbeitet. Was ist, wenn ein geliebter Mensch dafür überhaupt nicht offen ist? Er ist vollkommen konventionell. Es gibt eine Gruppe von Angehörigen, die zusammenkommen und ihm Heilungsintentionen senden oder diese Arbeit an ihm machen wollen. Werden sie die Heilung erhalten, wenn sie nicht an Bord sind?

Lynne McTaggart:

Eine Person, die nicht daran glaubt, kann die Heilung erhalten und es kann funktionieren. Ich habe gesehen, wie es viele, viele Male bei Babys, bei Föten, bei Menschen im Koma und bei Ungläubigen funktionierte. Aber ich habe eine Faustregel: Wenn jemand bei Bewusstsein ist, sollte er die Wahl haben, welchen Heilungsmechanismus er will. Wenn er nun eine „Kraft der Acht“-Gruppen erhält, die Intentiongebete für ihn senden, kann dies verstörend sein, wenn er ein Atheist ist. Was beim Heilen wirklich wichtig ist, ist, was Ihrer Meinung nach funktionieren wird.

Ich leite eine Zeitschrift namens „Was Ärzte Ihnen nicht sagen“. Die Leute fragten viele Jahre lang: „Was ist die beste Krebsbehandlung?“ Denn Chemotherapie funktioniert in den meisten Fällen nicht gut. Jetzt sage ich ihnen: „Was glauben Sie, wird funktionieren?“ Denn das ist möglicherweise das wichtigste Element Ihres Heilungsplans: Ihre eigene Überzeugung, dass es funktionieren wird. Denn es geht hier wirklich um die Kraft des Geistes, Sie zu heilen. Wenn es also um eine „Kraft der Acht“-Gruppe geht, ist es wirklich wichtig, dass diese Person zumindest ihre Erlaubnis erteilt, auch wenn sie nicht daran glaubt.

Interviewerin:

Verstanden. Wie klingt eine Intention? Wir setzen jemanden in die Gruppe und senden ihm 10 Minuten lang eine Intention. Nennen Sie ein Beispiel für eine Intention.

Lynne McTaggart:

Die „Kraft der Acht“-Gruppen laufen so ab: Normalerweise setze ich Menschen in einen ungebrochenen Kreis, anstatt jemandem in die Mitte zu setzen. Wenn jemand in der Mitte ist, bitte ich normalerweise ein paar Leute, ihm oder ihr eine Hand aufzulegen, damit der Kreis nicht unterbrochen wird und sie die Energie zwischen sich spüren können. Und die Energie ist sehr, sehr stark. Eine Intention muss wirklich positiv und spezifisch sein. Sagen wir, Jane Doe hat Schmerzen im großen Zeh ihres rechten Fußes. Also wäre das unsere Intention. Wir machen unsere Intentionen immer als Gruppe. Unsere Intention ist, dass Jane Doe frei von allen Schmerzen im großen Zeh ihres rechten Fußes ist und in jeder Hinsicht gesund ist. Ich füge also „in jeder Hinsicht gesund“ hinzu, aber der eigentlich wichtige Fokus ist es, mich wirklich auf den Bereich zu konzentrieren, der schmerzt, verletzt ist, krank ist. Und es ist in Ordnung, das zu tun. Es gibt viele Heilmethoden, die sagen: „Erwähne nicht den Schmerz, sonst wirst du mehr Schmerzen bekommen.“ Das ist Blödsinn. Sie müssen dem Universum sagen, was Sie wollen. Und es ist okay, wenn es ein Negativ enthält, solange Sie sagen: „frei von, überwinde, geheilt sein.“ Sagen Sie dem Universum, was Sie wollen.

Interviewerin:

Sehr schön. Gehen wir zu Ihrer Skepsis zurück. Sie haben als investigative Journalistin angefangen. Sie haben darüber gesprochen, wie Sie anfangs dem Gesetz der Anziehung nicht zustimmten. Wie hat sich Ihre Skepsis im Laufe der Zeit gewandelt?

Lynne McTaggart:

Ich habe anfangs nicht wirklich an die Kraft der Intention geglaubt, muss ich leider sagen, jetzt, da ich als eine Art Experte für Intention erachtet werde. Aber ich habe einen Hintergrund in aufklärerischer Ermittlung. Ich habe einen Ring auffliegen lassen, der Babys verkaufte, als ich anfang. Ich arbeitete mit versteckten Mikrofonen und Tonbandgeräten. Die Vorstellung, dass wir einen Gedanken haben und ihn jemand anderem schicken und der Person helfen können, war mir wirklich fremd. Ich dachte auch, dass viele der populären Vorstellungen über Intention, Manifestation, Gesetz der Anziehung und so weiter sehr einfach waren. Es musste etwas mehr geben. Ich hatte zweifellos eine Menge Beweise gesehen bei einigen der Wissenschaftler, über die ich in „Das Nullpunkt-Feld“ geschrieben habe: dass Gedanken eine Sache sind, die andere Dinge beeinflussen. Aber wusste nicht, wie weit man das treiben konnte. Also war ich sehr skeptisch.

Als ich anfang, diese sofortigen Heilungen vor meinen Augen zu sehen und nicht nur eine oder zwei, sondern Tausende, war ich schockiert, wirklich schockiert. So schockiert, dass ich wirklich eine Erklärung brauchte. Ich sagte mir immer wieder: „Ich brauche mehr Beweise. Ich brauche mehr frühere Geschichten. Ich brauche etwas

mehr.“ Deshalb hat es, obwohl ich bereits 2007 und 2008 die Kraft der Acht entdeckt habe und die Intentionsexperimente durchgeführt habe, gut 10 Jahre gebraucht, den Mut zu fassen, ein Buch darüber zu schreiben: mein Buch „Die Kraft der Acht.“

Viele Jahre lang habe ich Dinge gefragt, wie zum Beispiel, als ich mir diese Friedensexperimente anschaute, bei denen wir konsistent die Gewalt in Kriegsgebieten und sehr gewalttätigen Gebieten zu senken schienen, wie St. Louis, Missouri. Wir sendeten Intentionen zum gewalttätigsten Ort in Amerika, ein Teil von St. Louis, Missouri. Wir zeigten dort eine Verringerung der Gewalt um 43%. Es gab eine konsistente Reduzierung der Gewalt in Sri Lanka während des dortigen Bürgerkriegs. Afghanistan, die beiden gewalttätigsten Gebiete. Sogar Washington D. C. und Jerusalem. Zuletzt im Jemen. Wir sahen eine konsistente Abnahme der Gewalt. Aber ich fragte immer: „Haben wir das gemacht? Wer weiß? Es gibt eine Menge Variablen.“

Nachdem ich gesehen habe, wie Tausende von Menschen geheilt wurden, nachdem ich konsistente Resultate in den Intentionsexperimenten gesehen habe, bin ich wirklich eine Gläubige geworden. Ein Teil von mir sagt: „Haben wir das getan?“ Wen interessiert das jetzt? Menschen werden zu Tausenden geheilt. Und was noch wichtiger ist: Vielleicht verstehe ich einige dieser Mechanismen. Es ist vermutlich ein Gruppeneffekt. Es ist zum Teil Intention und zum Teil Altruismus. Aber es gibt auch einen X-Faktor, den ich nie ganz verstehen werde. Und ich musste diesen Sinn für Skepsis aufgeben und etwas wirklich Wichtiges verstehen: Wenn wir als Gruppe zusammenkommen, passieren einfach Wunder.

Interviewerin:
Unglaublich.

Lynne McTaggart:

Eines der Dinge, die mir aufgefallen sind, als wir ein Intentionsexperiment zum zum 10-jährigen Jahrestag des 11. Septembers machten: Hatte ich Teilnehmer aus den arabischen Ländern und aus Amerika. Ich fand auf meiner Facebook-Seite heraus, dass, nachdem wir die Intention in die beiden Gebiete Afghanistans geschickt hatten, sich die beiden Seiten näher kamen. Sie vergaben sich gegenseitig für den 11. September. Also fing ich an, darüber nachzudenken und über die Kraft von Intentionsexperimenten und Gruppenintentionen, um polarisierte Gesellschaften zu heilen.

Ich bekam die Gelegenheit, mit einigen Spezialgeräten zu arbeiten. Im November 2007 machte ich ein Gipfeltreffen für den Nahen Osten in einem Studio, das mich an verschiedene Orte ausstrahlen konnte, wo immer sich eine Kamera befand. Wir hatten eine Kamera in acht verschiedenen arabischen Städten. Und die neunte Kamera ... Ich

hatte mit einer israelischen Dokumentarfilmerin zusammengearbeitet, und sie stellte eine neunte Kamera in ein Publikum aus israelischen Juden. Wir hatten also Araber und Juden in diesem Experiment. Mein Publikum auf der ganzen Welt sah es live auf YouTube. Wir beschlossen, uns auf Jerusalem zu konzentrieren, ein Gebiet mit viel Gewalt, was für Araber, Christen, Juden usw. von Interesse war. Mit dieser Technologie konnte ich mit ihnen reden, aber sie konnten auch mit mir reden.

Wir beendeten das Experiment und danach passierte das Erstaunlichste: Die Araber fingen an, den Juden Liebe zu senden. Der Jude fing an, zu weinen, und sagten: „Dein Gott ist mein Gott.“ Sie begannen, sich gegenseitig zu vergeben, und kamen zusammen. Es war so unglaublich. Es fühlte sich historisch an. Es ging viral durch Social Media. Und die Medien in Israel und im Nahen Osten sagten: „Vielleicht sind kleine Initiativen wie diese mächtiger als alle diplomatischen und politischen Gespräche, die zur Heilung alter Wunden geführt werden.“

Also fing ich an, darüber nachzudenken. Ich plane ein großes Experiment, das eine weitere Gruppe polarisierter Menschen zusammenbringen wird, nämlich die Republikaner und Demokraten in Amerika. Die braucht wirklich etwas Heilung. Wir möchten sie in denselben Auditorien zusammenbringen und beobachten, was passiert, wenn sie diese Intention haben. Mich hat auch sehr interessiert, wie nur eine 10-minütige Intention die Herzen der Menschen erweichen konnte. Und ich habe wirklich interessante Studien von der University of California in Berkeley gefunden. Sie fokussierten sich auf den sogenannten Vagusnerv. Das ist der längste Nerv im Körper.

Er beginnt am Hals und schlängelt sich durch alle wichtigen Organe. Etwas wirklich Erstaunliches passiert, wenn wir etwas Mitfühlendes tun: selbst Fotos von hungernden Kindern anschauen. Aber besonders, wenn wir mit einem Experiment mit Friedensabsichten zu tun haben. Es aktiviert den Vagusnerv. Und wenn das passiert, fühlen wir viel mehr Verbindung mit anderen, Menschen, die nicht wie wir sind. Das ist also wahrscheinlich, was passiert ist. Allein die Teilnahme an diesem großen Experiment mit Friedensabsichten ermöglichte es dem Herzen, über den Zaun zu springen.

Wir müssen das also mit Amerikanern versuchen. Wir werden definitiv dieses und nächstes Jahr ein großes Experiment mit Friedensabsichten durchführen, um diese enorm polarisierte Gesellschaft zu vereinen.

Interviewerin:

Das ist großartig. Was jetzt für mich aufkommt, ist Vergebung. Jeder, den ich interviewt habe, sagt, dass Vergebung eine Schlüsselrolle bei der Heilung spielt. Wenn man Trennung erfährt oder es ein Ego zwischen einem selbst und dem anderen gibt oder

man nur Unterschiede oder Urteile sieht, erzeugt das Trennung. Wenn man dann vergibt und über die Vergebung hinausgeht und dem anderen tatsächlich Segen sendest, gibt es eine Wiederverbindung. Es gibt eine Wiederverbindung und das ist Heilung. Das ist bemerkenswert.

Lynne McTaggart:

Was bei der Vergebung wirklich gut funktioniert, ist, die Wahrheit zu sagen. Eines der Dinge, die ich lehre, ist etwas, das ich es in vielen Versöhnungsgesprächen gesehen habe: Wenn ein Vergehen an jemand anderem begangen wird, entsteht ein Ungleichgewicht. Und selbst wenn es ein Gericht und Gerechtigkeit gibt, stellt es dieses Gleichgewicht nicht wieder her. Was das aber oft tut, ist, die Wahrheit zu erzählen, zu erzählen, was passiert ist, und Verantwortung dafür übernehmen. Es gibt einen Kerl namens Orland Bishop in Kalifornien, der das angeblich Unmögliche tut. Er bringt rivalisierende Gangmitglieder dazu, sich miteinander zu verbinden. Das ist bemerkenswert, weil dies einer der gewalttätigsten Orte in Amerika ist: Watts, Kalifornien. Aber er hat Erfolg, weil er diese jungen Männer ihre Geschichte erzählen lässt. Die tiefe Geschichte, warum sie glauben, was sie glauben. Das wird zu einem echten Verbinder und einem Mechanismus der Vergebung. Aber es zieht jemanden auch zur Rechenschaft.

Eines der schönsten Beispiele dafür war ein Friedensdialog, der von einem Freund von mir, James O'Dea, geführt wurde. Er brachte polarisierte und Krieg führende Gruppen zusammen. Bei einem dieser Dialoge hatte er beispielsweise ein ehemaliges Mitglied einer Nazi-Jugendbewegung und die Tochter von Holocaust-Überlebenden in derselben Gruppe. Sie durften sehr offen miteinander reden. Sie sagte zu ihm: „Was hast du während des Holocaust getan?“ Er sagte: „Ich habe ein paar Juden verprügelt. Ich habe ein paar Fenster zerbrochen. Aber ich war erst 16 Jahre alt.“ Und sie sagte: „Wenn du 10 Jahre älter wärst, hättest du meine Eltern in die Gaskammer geschickt?“ Ich meine, das war eine ganz andere Ebene des Wahrheitsagens. Plötzlich wurde er sehr leise und sehr aufgebracht, weil ihm klar wurde, dass er Massenmörder hätte sein können. Er war so aufgebracht. Er fing an, darüber zu sprechen, und sagte: „Ich war so jung. Ich habe befolgt, was ich tun sollte. Aber ich war ein Nazi, meine Kinder sind Nazis, meine Enkel sind Nazis. Ich werde dem nie entkommen.“ Ab diesem Zeitpunkt begann Mary, große Sympathie für diesen Kerl zu empfinden. Sie streckte die Hand aus und sagte im Grunde: „Obwohl ich durch das Tal des Todesschattens gehe, fürchte ich nichts Böses, denn du bist bei mir.“ Und so sprang ihr Herz über den Zaun.

Diese Art der tiefen Wahrheitsagens ist für die Vergebung von entscheidender Bedeutung. Aber was ich auch finde: In diesen Intentionsgruppen zusammen zu kommen, übersteigt fast alles, weil wir plötzlich diese tief sitzende Erfahrung der Einheit haben, die dieses Gefühl der Trennung sofort aufhebt.

Interviewerin:

Großartig. Noch eine technische Frage: Wenn man Gruppenheilung macht und Intentionen sendet, sagt es dann jeder leise vor sich hin, immer und immer wieder für 10 Minuten, oder sprechen wir es laut aus?

Lynne McTaggart:

In unseren Gruppen lassen wir die Menschen gemeinsam Intentionen entwerfen. Sie beschließen: „Unsere Absicht ist...“, und machen sie sehr spezifisch. Und wenn sie die 10 Minuten machen, fangen sie damit an, sich mit durch Atmen und Händehalten zu synchronisieren. Aber dann halten sie einfach still an der Absicht fest, während sie sich vorstellen, dass diese Person diese Intention erreicht oder diese Situation eintritt. Es sind noch viele andere Techniken involviert, auf die ich in meinem Buch „Intention“ und „Die Kraft der Acht“ eingehe. Aber das wars im Grunde. Und wie gesagt: Ich habe herausgefunden, dass 10 Minuten gut funktionieren. Sie müssen dies nicht stundenlang tun.

Interviewerin:

Haben Sie mit so etwas wie ALS erforscht oder damit Ergebnisse gesehen? Für mich ist dies eine der beängstigendsten Diagnosen, die man kriegen kann. Oder Dinge wie Krebs im Endstadium? Dinge, die die Gesellschaft für unheilbar hält. Haben Sie Ergebnisse mit solchen Dingen gesehen? Muss man wiederholte Gruppenheilungen machen, je ernster es ist? Was sehen Sie da?

Lynne McTaggart:

Wir haben den Rückgang von Krebs im vierten Stadium in „Kraft der Acht“-Gruppen gesehen. Wir haben Menschen mit Diabetes, die plötzlich Medikamente absetzen. Wir haben Menschen mit allen Arten der sogenannten hoffnungslosen Krankheiten. Multiple Sklerose zog sich zurück. Es gibt also keine Krankheit, die die Kraft des Geistes nicht heilen kann. Sprechen wir in einem anderen Sinne von ALS, aus meiner Sicht als Herausgeberin von „Was Ärzte Ihnen nicht sagen.“ Wir haben herausgefunden, dass einer der Hauptgründe, warum Menschen an ALS und Multipler Sklerose erkranken, Schwermetallvergiftung ist, besonders Quecksilbervergiftung von Silberfüllungen. Eines der Dinge, die jemand tun sollte, wenn er ALS bekommt, ist, in den Mund zu schauen und das Quecksilber sicher entfernen zu lassen, wenn der es hat. Andere Dinge wie ein sehr niedriger Vitamin-B12-Spiegel kann zu solchen Krankheiten beitragen. Unterm Strich gibt es keine unheilbare Krankheit. Es gibt nur einen Patienten, der nicht die richtige Methode gefunden hat, um sich selbst zu behandeln.

Interviewerin:

Wie bei Ihrem Psychiater-Freund mit Depressionen, könnte man die Gruppenintention nutzen, um herauszufinden, wie der richtige Weg aussieht oder was die Lösung sein könnte. Das ist toll.

Lynne McTaggart:

Absolut. Immer wieder habe ich festgestellt, dass die Gruppe jemandem dabei helfen kann, den Weg zur Heilung zu finden. Eines der Mitglieder unserer Masterclass war eine Frau mit 15 Jahren chronischer Müdigkeit. Sie konnte kaum fünf oder zehn Minuten mit ihrem Hund spazieren gehen, ohne sich den ganzen Nachmittag hinlegen zu müssen. Sie nutzte ihre Gruppe als Leuchtfeuer, um eine Lösung für dieses Problem zu finden. Sie hatte jede Art von alternativer Behandlung ausprobiert und es hatte einfach nicht funktioniert. Mit unserer Hilfe entdeckte sie, dass das eigentliche Problem Schimmel in ihrer Umkleide war. Schwarzer Schimmel. Seit das beseitigt und geklärt ist, hebt sie jetzt Gewichte und geht wandern. Sie ist geheilt.

Interviewerin:

Das ist toll.

Lynne McTaggart:

Eines der Dinge, die für die „Kraft der Acht“-Gruppen und ihren Erfolg wirklich wichtig sind, ist das regelmäßige Treffen. Die meisten der Gruppen, die ich sehe, in denen Menschen geheilt werden, das Leben geheilt wird, treffen sich jede Woche gewissenhaft, so gut es geht. Ich merke es sicherlich in meiner einjährigen Masterclass. Die Menschen, die sich treffen... Das ist mir gleich beim ersten Mal aufgefallen, als ich alle erforscht habe. Von den 250 Teilnehmern trafen sich 150 in dieser ersten Gruppe regelmäßig. Von diesen 150 Menschen hatten fast 100% große Veränderungen im Leben. Sie hatten finanzielles Glück, als sie es brauchten. Sie wechselten Jobs und hatten tolle neue Karrieren. Sie überwandern alle Arten von unglaublichen und schwierigen Gesundheitsproblemen. Und sie hatten eine neue Intentionfamilie. Sie versöhnten sich mit entfremdeten Verwandten. Es war außergewöhnlich, was ihnen in ihrem Leben passierte. Und viele von ihnen sagten: „Die Gruppe war wie eine Suppe, die mein Gehirn verändert hat.“ So hat es eine Person formuliert. Und eine andere Person sagte: „Das ist ganz anders als individuelle Intention. Ich weiß das. Ich habe es versucht.“

Interviewerin:

Das ist toll. Es ist eine weitere spirituelle Praxis, ein Werkzeug. Wenn man diese Dinge regelmäßig übt, kann man das Leben verändern. Wie Meditation zum Stressabbau oder zur Wiederverbindung mit dem Göttlichen oder diese Gruppenheilung: Man setzt eine bewusste Intention oder Entscheidung, sich mit der Gemeinschaft zu verbinden,

und das ist Heilung. Es ist also ein tolles praktisches Werkzeug, das Sie mit Menschen teilen. Was ist Ihre Hauptbotschaft zum Thema Heilung?

Lynne McTaggart:

Ich war wirklich fasziniert von dem Lied „One“ von U2. Ich war der Meinung, dass es in der Zeile „Wir tragen uns gegenseitig“ um Verpflichtung und Belastung ging. Jetzt wird mir klar, dass es um ein Privileg geht. Und gegenseitig zu tragen, ist die Wurzel unseres Heils. Im Grunde: Seien Sie nicht bescheiden, wenn es um Ihre Gesundheit oder Heilung geht. Suchen Sie immer Kraft in der Vielzahl.