

DR. JOE DISPENZA – TRANSKRIPT

Interviewerin:

Wir beginnen damit, dass Sie erzählen, wer Sie sind, was Ihr Hintergrund ist und was Sie in diesen Tagen tun.

Joe Dispenza:

Sicher. Ich heiße Joe Dispenza. Ich habe vier Bücher geschrieben. Mein erstes Buch hieß „Schöpfer der Wirklichkeit: Der Mensch und sein Gehirn – Wunderwerk der Evolution. Dann schrieb ich ein weiteres Buch namens „Ein neues Ich: Wie man den Verstand verliert und ein neues erschafft“. Dieses Buch veranlasste mich mehr zu einem praktischen Ansatz. Mit anderen Worten: die Wissenschaft hinter dem heutigen Mainstream, der vor mehr als 15 Jahren eine ganz andere Welt des Bewusstseins war. Ich wollte damit beginnen, die philosophische Komponente mit der praktischen Anwendung zu verbinden. Dann schrieb ich ein weiteres Buch mit dem Titel „Du bist das Placebo: Bewusstsein wird Materie“. In diesem Buch wollte ich den Prozess entmystifizieren, Menschen die gleiche Wissenschaft beizubringen, wie das Placebo funktioniert, aber anstatt sich auf etwas außerhalb von Ihnen zu verlassen, um Ihren inneren Zustand zu verändern, können Sie es allein durch Gedanken tun?

Und mein neuestes Buch, das ich vor ein paar Jahren geschrieben habe, heißt „Werde übernatürlich: Wie gewöhnliche Menschen das Ungewöhnliche erreichen“. In diesem Buch habe ich versucht, zu erklären, was wir in den fortgeschrittenen Workshops tun, und den Menschen nicht nur die Wissenschaft und das Verständnis zu vermitteln, sondern ihnen alle Meditationen und Werkzeuge zu geben, damit sie anfangen können, das in ihrem Leben anzuwenden. Ich entmystifiziere viele verschiedene Dinge, aber eines der Dinge, die mich in diesem Buch am meisten begeistern, war die Entmystifizierung der transzendentalen Erfahrung, des mystischen Moments. Was ist es und welche latenten Systeme in Gehirn und Körper verbinden die Physik des Quantenfeldes mit der Biologie unseres Gehirns und Körpers? Das war mein letztes Buch.

Ich führe Events auf der ganzen Welt durch. Wir lehren die Menschen, wie man diese Prinzipien anwendet, damit sie ein besseres Leben führen, ihren Körper heilen und von Narben und Wunden der Kindheit heilen können, um neue Arbeitsplätze, neue Beziehungen, neue Möglichkeiten zu schaffen und diese mystischen Erfahrungen zu machen, die sie für immer verändern. Ich glaube, wenn man in einem Workshop genügend Leute zusammenbringt, haben die Leute irgendwann einen Durchbruch. Dann wird es wie ein Buschfeuer. Wir haben einige der erstaunlichsten Dinge miterlebt, die mich verändert und meine Überzeugungen auf einer sehr tiefen Ebene verändert haben. Ich habe ein Team von Forschern und Wissenschaftlern, mit denen

ich zusammenarbeite. Unser Labor sind unsere Workshops. Wir haben Tausende und Abertausende Gehirnmessungen, quantitative Studien des Gehirns, Vor- und Nachmessungen durchgeführt. Jemand kommt, wir messen sein Gehirn. Wir machen eine Woche lang oder fünf Tage lang Training mit ihnen. Dann messen wir ihr Gehirn am Ende, um festzustellen, ob es nicht nur Veränderungen in ihrem Geist, sondern auch Veränderungen in ihrem Gehirn gibt.

Wir haben auch quantitative Studien im Gehirn in Echtzeit gemacht. Zum Beispiel: „Was passiert in Ihrer inneren Gedanken- und Gefühlswelt?“ Oder „Was passiert in Ihrem Gehirn, wenn Sie versuchen, einen Gedanken oder einen Aspekt von sich selbst zu ändern?“ Wir haben so viele Informationen über diesen Prozess gewonnen, indem wir eine Formel entwickelt haben, eine Methode zur Selbstregulierung Ihrer inneren Welt, die messbare Auswirkungen nicht nur auf Ihren Körper, sondern auch auf Ihr Leben hat. Wir haben Tausende von Studien zu HRV-Messungen durchgeführt, um zu sehen, ob Menschen erhöhte Emotionen aufrechterhalten oder selbst regulieren können, was dies für ihr Immunsystem bedeutet, was dies für ihre Genexpression bedeutet und was es für ihre Telomerlängen bedeutet, die das biologische Alter bestimmt. Was passiert mit Energie? Der Körper strahlt immer Licht und Information aus. Wenn eine Person wirklich einen Durchbruch hat, strahlt sie dann mehr Frequenz aus? Oder werden mehr Energie und Informationen freigesetzt?

All dies soll den Menschen die Möglichkeit geben, zu verstehen, dass man kein buddhistischer Mönch oder eine Nonne mit 40 Jahren Hingabe oder ein Akademiker oder Gelehrter sein muss. Wenn Sie die Formel verstanden haben und sie regelmäßig anwenden, werden Sie Wissenschaftler in Ihrem eigenen Leben und werden Veränderungen sehen. Nicht nur in Ihrem Körper, sondern auch in Ihrer Außenwelt. Meine Leidenschaft und mein Interesse sind es, den Menschen zu beweisen, wie mächtig sie wirklich sind.

Interviewerin:

Das ist unglaublich. Und Sie sehen das vor allem in Ihren Workshops, wenn Sie das messen.

Joe Dispenza:

Ja. Ich denke, dass ich in meinem Traum aufwache. Wenn Sie vor 10 Jahren zu mir gesagt hätten, dass ich bezeugen werde, was ich gegenwärtig bezeuge, hätte ich Ihnen wahrscheinlich nicht geglaubt. Aber wir sind Zeugen einiger der erstaunlichsten Heilungen und Transformationen, die sich ereignen. Es ist so wichtig, das zu verstehen, denn vor 15 Jahren drehte sich alles um Philosophie, Theorie, Wissenschaft, Wissen und intellektuelle Daten. Wir sind im Zeitalter der Information. Im Zeitalter der Infor-

mation ist Unwissenheit eine Wahl. Sie benötigen keine Obrigkeit, um Informationen zu erhalten. Sie brauchen keinen Priester, Sie brauchen keinen Lehrer, Sie brauchen keinen Arzt. Sie können Informationen aufgrund der Technologie erhalten.

Was jetzt passiert ist, ist, dass Informationen schnell verfügbar sind, dass die Leute verstehen wollen, wie man es nutzt. Ich denke, dies ist eine Zeit in der Geschichte, in der es nicht genug ist, es zu wissen. Ich denke, dies ist eine Zeit in der Geschichte zu wissen, wie. Ich gebe den Menschen die Gelegenheit, zahlreiche Möglichkeiten, sich mit diesem unsichtbaren Energie- und Informationsfeld zu verbinden. Ihnen zahlreiche Möglichkeiten geben, über sich selbst hinauszukommen. Zahlreiche Gelegenheiten, ihre Gehirnströme zu ändern, um in das Betriebssystem einzusteigen, in dem all diese fest verdrahteten Einstellungen und unbewussten Programme existieren. Ihnen beibringen, wie sie sich jedes Mal selbst korrigiert. Früher oder später werden sie auf etwas Großartiges stoßen.

Was wir in den letzten fünf Jahren oder so gesehen haben, sind bedeutende Veränderungen in dem, was passiert, was in einer Woche geschehen könnte. Blinde Menschen sehen, Gehörlose hören, Tumore verschwinden vor unseren Augen. Menschen mit Parkinson, die mit sehr, sehr ernsten Symptomen kamen, gingen in einem sehr veränderten Zustand. Einige von ihnen sind Psychotherapeuten, einige sind Ärzte, einige sind nur sehr gebildet Leute Menschen, denen die Lösungen ausgegangen sind und die beschlossen haben, dass es vielleicht an der Zeit war, mit der inneren Arbeit zu beginnen. Ich glaube also, dass etwas Erstaunliches passiert ist: Wir haben eine Fassade durchbohrt, eine Bewusstseinschicht. Genau wie die Vier-Minuten-Meile. Es war einfach diese Barriere, die niemand jemals überqueren konnte. Aber als die erste Person eine Meile in vier Minuten gelaufen war, gab es innerhalb einer sehr kurzen Zeit andere Leute, die das schafften. Der Glaube änderte sich und es wurde ein Konsens. Es wurde eine neue Ebene des Bewusstseins, was möglich war.

Wir sehen diese dramatischen Heilungen. Wir sehen die Fähigkeiten der Menschen in ihrer Fähigkeit, sich selbst zu regulieren. Beispielsweise haben wir eine Universität an der australischen Goldküste, die Bond University, die einen Großteil unserer Gehirnschans durchgeführt hat und erst neun Monate damit verbracht hat, die verschiedenen Variablen zu analysieren, um genau zu analysieren, was wir tun.

Das erste, was die Forscher sagten, war: „Wir haben noch nie gesehen, dass eine so große Gruppe von Menschen ihre Gehirnströme in so kurzer Zeit ändern kann.“ Wir sprechen von vier, fünf, neun Sekunden.

Was bedeutet das nun aus praktischer Sicht? Nun, Sie haben Ihr Bewusstsein. Und

wenn Sie in Ihrem bewussten Geist sind, arbeiten Sie in einem Gehirnwellenmuster, das Beta genannt wird. Ihr Neokortex denkt und überlegt und analysiert hier und integriert alle Informationen aus Ihrer Außenwelt mit Ihrer Innenwelt. Damit Sie wesentliche Änderungen vornehmen können, müssen Sie das ablegen. Sie müssen wissen, wie man den denkenden, analytischen Verstand unterdrückt. Sie müssen wissen, wie Sie die Schaltkreise im Gehirn beruhigen, die mit Ihrem Persönlichkeits-selbst verbunden sind. Sie müssen über den bekannten Aspekt Ihrer Speicherbank, das autobiografische Selbst, hinausgehen, und wenn Sie dies tun, beginnen Sie, etwas Größeres zu erschließen. Wir haben Studenten, die in kürzester Zeit dazu in der Lage sind, und unsere Forschung zeigt das.

Gleichzeitig haben wir Forschungen, die zeigen, dass ein mystischer Moment etwa so aussieht. Und wir sehen ihn jedes Mal wiederholt. Tatsächlich wissen wir jetzt, dass wir es auslösen können. Die Tatsache, dass es so konsistent ist ... Alles, was konsistent oder wiederholbar ist, ist Wissenschaft, weil Sie einen Trend betrachten, Sie ein Gesetz betrachten. Wir sehen Beweise in unseren Scans und in unserer wissenschaftlichen Forschung, die besagen, dass etwas Erstaunliches passiert ist. Einer Person passiert etwas Mächtiges. Dann stehen Leute im Publikum auf und sagen: „Hey, ich hatte Krebs im Stadium 4. Ich hatte Endometriose. Ich hatte schweren Tinnitus und Schwindel. Ich ging zu zehn verschiedenen Ärzten, keine Veränderung. Ich war gegen alles allergisch. Ich musste eine Maske tragen. Ich hatte Ich hatte jeden Tag einen anaphylaktischen Schock. Ich hatte 50 Gehirntumoren, jetzt habe ich keine.“ Sie stehen vor einem Publikum und erzählen ihre Geschichte. Die Geschichte ist nicht immer glamourös. Es ist nicht immer ein Hollywood-reifer Triumph. Oft haben sie Familienmitglieder verloren, sie haben ihren Job verloren, sie sind bankrott gegangen. Dies ist ein harter Weg, wenn Sie sich von einer Krankheit erholen. Aber sie haben nie aufgegeben. Sie haben nie aufgehört, an die Möglichkeit zu glauben.

Ich denke, wenn man an die Möglichkeit glaubt, glaubt man an sich. Wenn man an sich glaubt, glaubt man an die Möglichkeit. Sie stehen also vor einem Publikum und ich stehe auf einer Bühne. Ich schaue auf das Publikum und sehe 1.500 Menschen mit Tränen im Gesicht wegen des Beweises dieser Person und ihrer Geschichte und ihrer Demut und ihrer Einfachheit und die Art und Weise, wie sie ihre eigene Leistung nicht nutzt, um ihr Ego zu bestätigen. Tatsächlich haben sie jeden Tag so hart daran gearbeitet, ihr Ego zu überwinden, dass sie herausfanden, es am nächsten Tag nicht aufzubauen, weil sie sich sonst am nächsten Tag erneut damit auseinandersetzen müssten. Sie haben große Fortschritte darin gemacht, sich zu verbinden. Sie haben große Fortschritte beim Verständnis gemacht, dass sie neue Gene signalisieren könnten, weil sie die Beweise gesehen haben. Sie erzählen ihre Geschichte und jeder im Publikum lehnt sich vor. Sie sind bewegt und die Person sieht nicht wie ein Rockstar

aus, sieht nicht jung aus, sieht nicht poliert aus, sieht nicht wie ein Vegetarier aus. Sie sehen einfach wie normale Menschen aus. Sie sind gewöhnliche Personen. Es ist so wichtig, weil es den Menschen ermöglicht, sich damit zu identifizieren: „Oh, das ist nicht Jane aus der Werbung, die in ihren Sechzigern ist und fit und schlank aussieht. Sie hat diese Krankheit. Und wenn sie sie hat ... Ich sehe ihr nicht ähnlich. Ich werde es kriegen.“ Sie fangen wirklich an, einige Schleier zu entfernen. Wenn sie ihre Geschichte erzählen und sie beenden, sind die Leute so bewegt, dass sie verstehen, dass es für sie möglich ist.

Der Nebeneffekt davon ist, dass Sie mehr Bedeutung, mehr Absicht hinter dem sehen, was Sie tun. Wenn Sie dies tun, investieren Sie eine stärkere Energie oder eine stärkere Absicht in ein Ergebnis. Jetzt haben Sie Beweise in der Wissenschaft, die besagen, dass Sie niemand Besonderes sein müssen. Es gibt die Gehirnschans. Es gibt die Gentests. Es gibt die Immuntests. Es gibt die Telomertests. Und dann gibt es diese unglaubliche Gemeinschaft von Menschen, die Zeugnisse geben. Diese Zeugnisse sind Menschen mit Schlaganfällen, die zwei Jahre lang gelähmt waren. Ein Doktor der Rechtswissenschaften konnte nicht glauben, dass er jemals heilen würde. Er hebt jetzt seinen Arm über die Schulter nach einem einwöchigen Event. Und Sie sehen das. Oder eine blinde Person, die seit der Geburt blind war, mit drei Monaten, die jetzt zum ersten Mal Gesichter sieht und nicht nur Schatten und Umrisse. Sie hatte 5% Sehkraft. Es wird Sie auf einer sehr tiefen Ebene verändern, weil Sie Zeuge von Wundern sind, die biblisches Ausmaß haben. Und Sie sind dabei, also haben Sie jetzt Beweise in Form der Geschichten der Leute. Geschichten sind so mächtige Lehrmittel. Allegorie ist eine tolle Art, mit der Menschen Verbindung aufbauen können. Das wurde in der Folklore und Tradition genutzt.

Wir haben hier also wissenschaftliche Beweise. Und dann gibt es Beweise, wo Menschen ihre Gehirnschans, ihre Augenschans, ihre Blutuntersuchungen einschicken. Wir haben diese große Menge echter, mächtiger Transformationen. Sie haben einen Fußabdruck im Bewusstsein, in den anderen Menschen treten können, oder Fußabdrücke im Bewusstsein, in die Sie treten können. Warum? Wenn eine Person auf der Bühne steht, die an Krebs im Stadium 4 oder einer seltenen genetischen Störung leidet, für die die Medizin keine Lösung hat, und es zufällig eine Person im Publikum gibt, die dieselbe seltene genetische Störung hat ... Sie sehen, dass diese Person das Verständnis erhält. Anstatt zwei Jahre zu brauchen, um den Punkt zu erreichen, an dem sie heilt, schafft sie es in drei Monaten.

Warum? Sie trat in den gleichen Fußabdruck im Bewusstsein und das brachte sie schneller dorthin. Dann haben Sie auf die gleiche Weise Beweise vor sich. Die Beweise bewirken, dass Informationen in dreidimensionaler Realität ausgetauscht werden.

Das ist so wichtig, weil Sie einen Fuß in der realen Welt und einen Fuß in der Quantenwelt benötigen, um zu sagen: „Okay, hier passiert etwas, das wirklich mächtig ist. Hier passiert etwas, das wirklich transformierend ist.“ Es ist eine Bewegung. Die Bewegung sagt, dass wir konditioniert und hypnotisiert worden sind, um zu glauben, dass wir begrenzt sind. Die eigentliche Arbeit besteht darin, diese Einschränkungen zu überwinden. Der Prozess der Überwindung ist das Schlüsselement, denn wenn Sie einige Aspekte Ihrer selbst überwinden, einen weiteren Aspekt Ihrer selbst überwinden, werden Sie anfangen, jemand anderes zu werden. Wenn Sie wirklich zu dieser Person werden, müssen Sie nicht visualisieren, dass eine Krankheit verschwindet. Sie sind nicht die gleiche Person. Die Krankheit besteht bei der alten Person. Sie sind jemand anderes. Wir haben so viele großartige Geschichten, die beweisen, dass diese Beweise die Wahrheit sind. Der Beweis ist derzeit die lauteste Stimme.

Interviewerin:

In diesen Workshops gibt es viele Beweise und Sie haben es gesammelt. Und wie Sie bereits sagten, stärkt das den Glauben an die Möglichkeit. Erklären Sie uns, was vor sich geht, was die Mehrheit von uns ... Wenn wir normal oder natürlich sind, was macht den Unterschied, übernatürlich zu werden. Sie sprechen davon, dass wir süchtig nach unseren Emotionen sind, die uns in der Vergangenheit festhalten. Aber wir müssen einen Fuß in der Quantenwelt haben. Wir müssen die Zukunft, die wir wollen, aktiv mitgestalten. Können Sie den Unterschied erklären, wo die meisten Menschen leben und wohin Sie Menschen zum Leben bringen?

Joe Dispenza:

Wir leben in der materiellen Welt, einer dreidimensionalen Realität. Es heißt dreidimensionale Realität, weil alles Raum und Zeit einnimmt. Ob Sie einen Stuhl, einen Tisch oder eine Person betrachten, können wir sagen, dass diese Person in Raum und Zeit lokal ist. Wir interagieren mit der dreidimensionalen Realität durch unsere Sinne. Tatsächlich verbinden uns unsere Sinne mit der dreidimensionalen Realität. Wenn Sie Ihre Sinne wegnehmen, wenn Sie nicht sehen könnten, nicht hören, nicht riechen, nicht schmecken, nicht fühlen könnten, hätten Sie keine Erfahrung dieser dreidimensionalen Realität. In dieser dreidimensionalen Realität, in der Sie und ich uns bewusst sind, gibt es unendlich viel Raum. Der Raum ist ewig. Wir erleben Zeit, wenn wir uns durch den Raum bewegen.

Sagen wir einfach, ich bin ein Punkt Bewusstsein, Joe Dispenza, und Sie sind ein anderer Punkt Bewusstsein. Ich bin mir meiner selbst und Ihrer selbst bewusst. Das ist mein zweiter Punkt Bewusstsein. Zwischen uns ist Raum. Wenn ich näher zu Ihnen rücke, müsste ich mich durch den Raum bewegen oder den Raum einstürzen lassen. Wenn ich das tue, erlebe ich Zeit. Zeit ist eine Funktion des Bewegens durch den

Raum. Ein Punkt zu einem anderen Punkt Bewusstsein. Auf die gleiche Weise bin ich hier und dann irgendwo das Badezimmer.

Wenn ich an das Badezimmer denke, werde ich mir eines anderen lokalen Punktes in Raum und Zeit bewusst. Wenn ich meinen Körper ins Badezimmer bewege, dann halte ich das Bild des Badezimmers und mein Körper bewegt sich durch den Raum, und es wird eine gewisse Zeit dauern, bis ich dort bin.

Alles in dieser dreidimensionalen Realität braucht normalerweise Zeit, um es zu erschaffen. Tatsächlich bin ich hier und meine Träume sind da. Wo platziere ich meine Träume? Weit da drüben. Mein Gehirn schafft natürlich meine Träume getrennt von mir. Meine Erfahrung mit der linearen Zeit sagt: „Die Zeit wird der Vergangenheit sehr ähnlich sein.“ Wenn ich überlege, wie lange es dauern wird, wird sich mein Gehirn natürlich überlegen, wie weit in der Zukunft es sein wird. Das machen wir unbewusst.

Weil alles räumlich und zeitlich lokal ist, erleben wir die Trennung von allem und jedem. Wenn Sie ein bisschen anders aussehen als ich, sich ein bisschen anders verhalten als ich, dann erfahre ich mehr Trennung, weil ich nicht vorhersagen kann, wer Sie sein werden. Trennung ist also das grundlegende Verständnis der dreidimensionalen Realität. In der Tat ist Mangel die Nebenwirkung von Trennung. Sie fahren die Straße entlang und sehen jemanden mit einem neuen Auto. Sie sind in einem Einkaufszentrum und sehen jemanden mit einem wirklich schönen Outfit. In dem Moment, in dem Sie etwas wirklich Schönes bemerken oder etwas bemerken, das Ihnen gefällt, spüren Sie, dass Sie es nicht haben. Sie erleben die Trennung oder den Mangel. Das Gehirn beschäftigt sich natürlich mit dem Träumen. Im nächsten Moment ist das Gehirn zum Träumen verdrahtet. Plötzlich sehen Sie sich, wie Sie das Auto fahren. Sie sehen sich in dem Outfit. Tatsächlich leben Sie im gegenwärtigen Moment in dieser zukünftigen Realität.

Bei einer leidenschaftlichen Person, die dies tut, wird der Gedanke, den sie denkt, das Auto zu fahren oder das neue Outfit zu tragen, tatsächlich zum Erlebnis. Das Endprodukt eines Erlebnisses heißt Emotion. Dann fühlen Sie sich wie in dieser Zukunft und Ihr Körper als der unbewusste Verstand kennt nicht den Unterschied zwischen der Erfahrung, die die Emotion erzeugt, und der Emotion, die Sie allein durch Gedanken erzeugen. Der Körper glaubt in diesem Moment tatsächlich, dass er im gegenwärtigen Moment in dieser zukünftigen Realität lebt. Wir könnten also sagen, dass der Körper emotional eine Stichprobe von der Zukunft bekommt. Je stärker die Emotionen sind, die Sie durch dieses innere Ereignis spüren, desto veränderter fühlen Sie sich in Ihnen, desto mehr achten Sie darauf, was es verursacht. Es ist der Gedanke in Ihrem Gehirn. Man könnte also sagen, dass Konditionieren so anfängt.

Es braucht nur ein Bild oder einen Gedanken und eine Emotion. Wenn Sie weiterhin das Bild, den Gedanken und die Emotionen machen, beginnen Sie, Ihren Körper so zu konditionieren, dass er mehr in der Zukunft als in der Vergangenheit lebt.

Warum ist das wichtig? Wenn Sie aufstehen und das Gefühl haben, dass Ihnen das Auto gehört, und Sie sich hübsch fühlen und dieses Outfit tragen, werden Sie, solange Sie das Gefühl haben, nicht danach suchen, wann es passieren wird, weil Sie fühlen, dass es schon passiert ist. Ihnen fehlt es nicht mehr. Aber wenn Sie zu Ihren Sinnen zurückkehren und Ihre Sinne sagen: „Wo ist das Auto? Wo ist das Outfit?“, fällt die Person zurück in Trennung und Mangel. Und was macht sie? Sie gibt sich mehr Mühe. Sie versucht, vorherzusagen, zu kontrollieren. Sie kämpft dafür. Sie erzwingt, manipuliert. Sie konkurriert. Sie tut alles, um das zu bekommen, was sie will, weil sie in dieser dreidimensionalen Realität an Materie glaubt und versucht, die Materie zu verändern. Wenn wir das tun, haben wir nur eine bestimmte Menge an Fähigkeiten, um zu bekommen, was wir wollen.

Werfen Sie jetzt die Stresshormone dazu. In Stress zu leben, bedeutet, ums Überleben zu kämpfen. Stress ist, wenn Ihr Gehirn und Ihr Körper aus der Homöostase gebracht werden. Die Stressreaktion ist das, was Gehirn und Körper von Natur aus tun, um sich wieder in Ordnung zu bringen. Alle Organismen in der Natur vertragen kurzfristigen Stress. Ein Reh wird von einem Rudel Kojoten verfolgt. In dem Moment, in dem das Reh den Kojoten entkommt, fängt es wieder an zu weiden und kehrt zu Gleichgewicht und Homöostase zurück. Aber während dieses Ereignisses, wenn das Reh Gefahr oder Bedrohung wahrnimmt, in dem Moment, in dem dies geschieht, wird das sympathische Nervensystem eingeschaltet. Jetzt gibt es eine Erregung, die, wie Sie wissen, all diese Energie für eine Bedrohung im Außen mobilisiert. Der wichtige Punkt ist, dass die Erregung dieser Chemikalien die Sinne stärkt. Es macht uns zu Materialisten.

Mit anderen Worten: Angesichts des Kampf- oder Flucht- Nervensystems im Überlebensmodus ist es nicht die Zeit, etwas zu erschaffen. Es ist nicht die Zeit, Ihr Herz zu öffnen. Es ist nicht die Zeit, zu lernen. Es ist nicht die Zeit, zu kommunizieren. Es ist nicht die Zeit, still zu sitzen und zu meditieren. Es ist sicherlich nicht die Zeit, verletzlich zu sein. Es ist die Zeit, zu rennen, zu kämpfen und sich zu verstecken. Die Physiologie dieser Reaktion, die enorme Energiemengen mobilisiert, verändert die Physiologie des Körpers in den Notfallmodus. Wenn wir uns in diesem Zustand befinden und verändert sind, schränken wir unseren Fokus auf die materielle Welt ein, weil unsere Sinne geschärft sind. Die Erregung dieser Chemikalien veranlasst uns, auf etwas Materielles zu achten. Wir bekommen einen sehr engen Fokus, fokussieren uns auf ein Objekt. Kurzfristig ist das wirklich großartig, aber die meisten Menschen gewöhnen sich daran. Jetzt betrachten sie nur das Teilchen in der Quantenphysik und

sehen keine anderen Möglichkeiten.

In der Tat, wenn Sie in diesem Zustand leben, der für die meisten Menschen etwa 70% der Zeit beträgt, und für diesen längeren Zeitraum im Überlebensmodus leben, wird das, was sehr anpassungsfähig war, sehr fehlangepasst. Wenn Sie diese Stressreaktion einschalten und nicht abschalten können, steuern Sie auf eine Krankheit zu. In Ihrer inneren Umgebung gibt es keine Energie für Wachstum und Reparatur, wenn die gesamte Energie für eine Bedrohung in Ihrer äußeren Umgebung mobilisiert wird. Die Erregung dieser Chemikalien ist wie ein dreifacher Cappuccino. Sie bekommen einen Energierausch und die Leute neigen dazu, diesen Energierausch mit einem Empfinden von etwas zu verbinden. Sie beginnen, die Probleme und Bedingungen in ihrem Leben zu nutzen, um die Notwendigkeit dieses Energierauschs zu bekräftigen. In gewisser Weise werden sie süchtig nach dem Leben, das sie nicht einmal mögen. Das ist der Grund, warum Veränderungen so schwer sind: weil eine Sucht etwas ist, von dem Sie glauben, dass Sie nicht aufhören können. Die Menschen werden sehr abhängig von der Stimulation aus ihrer Außenwelt, um etwas in ihrer Innenwelt fühlen zu können.

Warum ist das so wichtig? Nun, wenn es nicht ein Tyrannosaurus-Rex ist, der vor der Höhle rumhängt, sondern Ihr Kollege in der Kabine neben Ihnen, leben Sie mit Verurteilung oder Groll oder Furcht oder Angst oder Wut oder Frustration oder Ungeduld. Es sind diese Chemikalien, die wirklich die dramatischste Wirkung auf niemanden außer Ihnen haben. Wenn Sie dann über Ihre Probleme nachdenken und die Stressreaktion allein durch Gedanken einschalten können, dann können Sie süchtig nach Ihren eigenen Gedanken werden. Wenn es eine Tatsache ist, dass Gene aufgrund der Stresshormone herunter reguliert werden, und Sie diese Reaktion allein durch Gedanken aktivieren können, werden Ihre Gedanken Sie offensichtlich krank machen. Wenn die Leute erkennen, dass es das Missmanagement ihrer Aufmerksamkeit und Energie war, fangen sie an, bessere Entscheidungen zu treffen. Durch den Anstieg von Adrenalin und Cortisol wird Ihr Körper erregt, sodass Sie mehr Aufmerksamkeit auf Ihren Körper richten. Die Erregung dieser Chemikalien versetzt Ihr Gehirn in einen sehr hohen Zustand, das Gehirnwellenmuster mit hohem Beta. Wenn Sie sich in diesem Zustand mit hohem Beta befinden und erregt sind und das Gefühl haben, dass Sie kein Ergebnis vorhersagen können, haben Sie die Wahrnehmung, dass sich etwas verschlechtern wird und Sie etwas nicht kontrollieren können. Dies ist genau das, was die Stressreaktion einschaltet.

Wenn Sie in diesem Zustand sind und die Erregung dieser Chemikalien stattfindet, ist das erste, was Sie tun, der Versuch, alles unter Kontrolle zu halten. Sie lenken Ihre Aufmerksamkeit von einer Person auf eine andere Person, auf eine andere Sache, auf ein anderes Problem, auf ein anderes Treffen, auf einen anderen Ort, auf Ihr

Handy, auf Ihren Computer, auf die Wäsche. Jedes dieser Elemente hat ein neurologisches Netzwerk in Ihrem Gehirn. Ihr Gehirn ist eine Karte für alles, was in Ihrem Leben bekannt ist. Wenn Sie anfangen, Ihre Aufmerksamkeit von einem zum nächsten zu verlagern, und dabei das Gehirn messen, ist es wie ein Gewitter in den Wolken. Ich meine, es gibt eine sehr, sehr signifikante Dysregulation oder Inkohärenz, die im Gehirn passiert. Diese Gehirnwellen mit hohem Beta führen dazu, dass wir übermäßig konzentriert und übermäßig analytisch werden und übermäßig kritisch gegenüber uns selbst und allem um uns herum. Dann ist es absolut sinnvoll, dass, wenn Sie sich selbst in einem störenden Gefühl analysieren, Sie Ihr Gehirn verschlimmern.

Wir haben es tausende Male gesehen. In der Tat wird es nicht nur Ihr Gehirn verschlimmern, sondern es wird es noch mehr in diese höher erregten Zustände treiben. Dieser Zustand führt dann dazu, dass Sie nicht nach innen wollen. Sie müssen Ihren Körper im Blick behalten, Ihre Umgebung, und Sie überlegen sich besser, wie lange dies dauern wird. „Wie lange werde ich mit diesem Unbehagen leben?“ Dann handelt die dreidimensionale Realität wirklich nur von Ihrem Körper in einer Umgebung in linearer Zeit. Die Stresshormone bewirken dann, dass wir räumlich und zeitlich sehr lokal werden. Wenn Sie diese Antwort einschalten, schöpfen Sie aus diesem unsichtbaren Feld von Energie, Licht und Informationen, das Ihren Körper umgibt, diese lebenswichtige Lebenskraft, und verwandeln sie in Chemie. Wenn Sie das tun, schrumpft das Feld um Ihren Körper ein wenig. Sie werden zu mehr Materie, weniger Energie. Mehr Partikel, weniger Schwingung. Jetzt fangen Sie als Materie an, Materie zu verändern, Ergebnisse zu erzwingen. Tun Sie das über einen längeren Zeitraum, dann haben Sie keine Energie mehr, um zu heilen. Keine Energie, um eine neue Zukunft zu schaffen. Sie haben tatsächlich die Lebenskraft Ihres Körpers, seine Reserven, erschlossen.

Was ist also die Lösung? Was haben wir gefunden? Dass ein Teil der Formel sich von dem verlagert, was wir als konvergenten Fokus bezeichnen, einem engen Fokus auf etwas Materielles, um Ihren Fokus zu erweitern. Schließen Sie Ihre Augen. Anstatt den Fokus zu verengen, öffnen oder erweitern Sie den Fokus. Das wird als divergenter Fokus bezeichnet: den Fokus zu öffnen. Konvergenter Fokus: Fokussierung. Wenn Sie anfangen, Ihren Fokus zu öffnen, widersetzen Sie sich dieser Gewohnheit. Die Leute machen das für ein paar Sekunden und kehren dann zur Gewohnheit zurück. Aber wenn Sie ihnen weiterhin beibringen, wie das geht, öffnen sie ihr Bewusstsein für den Raum, für nichts Materielles. Durch das Wahrnehmen und Einstellen der Frequenz hören sie auf, zu analysieren und zu denken. Wenn Sie spüren, analysieren Sie nicht. Sie spüren, Sie fühlen. Wenn Sie das tun und weniger nachdenken, verlangsamten Sie Ihre Gehirnströme und stoppen, diesen analytischen Verstand in Gang zu setzen.

Der Zweck der Meditation ist es, über den analytischen Verstand hinauszukommen. Was das Bewusstsein vom Unterbewusstsein trennt, ist das analytische Denken. Wenn Sie Ihre Gehirnströme nicht ändern und über diesen analytischen Verstand hinausgehen können, sind Sie von dem Betriebssystem getrennt, in dem all diese unterbewussten Programme existieren. Wenn Sie dann anfangen, Ihr Bewusstsein zu öffnen, und weniger nachdenken, wenn Sie Ihre Gehirnströme aus der Beta-Phase heraus verlangsamen, beginnen Sie, sich den sogenannten Alpha-Gehirnwellen zuzuwenden. Jetzt ist Ihre innere Welt in der Regel realer als Ihre äußere Welt, und Sie denken nicht so viel. Es gibt keinen Kritiker, keine Stimme in Ihrem Kopf, die mit Ihnen spricht. Stattdessen erschafft Ihr Gehirn Bilder. Es verlangsamt sich. Aber es bewegt sich nicht nur zu Alpha. Unsere Forschung zeigt, dass sich das Gehirn plötzlich synchronisiert. Wenn Sie Ihre Gehirnströme verlangsamen und den Raum wahrnehmen, beginnen sich verschiedene Bereiche des Gehirns, die unterteilt waren und inkohärent waren, zu synchronisieren. Was sich im Gehirn synchronisiert, beginnt sich im Gehirn zu verbinden. Sie sehen, dass das Gehirn in einem ganzheitlicheren Zustand zu funktionieren beginnt. Wenn das Gehirn nun kohärent ist, desto geordneter und kohärenter wird es, umso mehr Energie gibt es im Gehirn. Wenn wir von Schülern sprechen, die das in vier, fünf, neun Sekunden schaffen, sprechen wir davon, dass sie eine magische Pille nehmen, die ihr Gehirn in Sekundenschnelle aus einem sehr ungeordneten Zustand sehr geordnet macht.

Was ist der Grund dafür? Nun, vom theoretischen Standpunkt aus gesehen: Wie viel Aufmerksamkeit der Menschen liegt während des Tages auf Materie? Wie viel Aufmerksamkeit widmen die Menschen der Energie? Die meisten Menschen fokussieren sich nur auf Materie, weil sie glauben, dass dies die Realität ist. Sie haben keine Erfahrung mit Energie und Information. Wenn Sie dann anfangen, Ihren Fokus zu öffnen und Ihr Bewusstsein zu öffnen und Ihre Gehirnströme langsamer werden, geschieht etwas wirklich Magisches. Sie bringen Ihre Aufmerksamkeit von Ihrem Körper weg. Wenn Sie das tun, werden Sie von jemandem zu niemandem. Sie wenden Ihre Aufmerksamkeit von den Menschen in Ihrem Leben ab, mit denen Sie sich identifizieren, was Ihre Identität geworden ist. Sie werden von jemandem zu niemandem. Sie wenden Ihre Aufmerksamkeit von den Dingen ab, die Sie besitzen. Ihr Handy, Ihr Computer, Ihr Haus, und Sie werden von etwas zu nichts. Sie wenden Ihre Aufmerksamkeit von Ihrem Schlafplatz ab, Ihrem Arbeitsplatz, Ihrem Sitzplatz, und gehen von irgendwo zu nirgendwo. Wenn Sie nicht an die vorhersehbare Zukunft oder vertraute Vergangenheit denken, gehen Sie von irgendwann zu zeitlos. Das ist der ideale Punkt des großzügigen gegenwärtigen Moments.

Jetzt beginnen Sie, Ihre Assoziation loszulassen von allem, was Sie in dieser materiellen, dreidimensionalen Realität kennen. In gewisser Weise bewegen Sie sich in diesen

gegenwärtigen Moment als reines Bewusstsein. Jetzt sind Sie auf der Brücke zum Quantenfeld. Wenn Sie sich auf Energie und Frequenz einstimmen, ist die Signatur des einheitlichen Feldes, das Quantenfeld, ein unsichtbares Feld der Ordnung und Energie, das alles Physische verbindet. Wenn Sie dann anfangen, flussaufwärts zu schwimmen und sich mit dieser Energie zu verbinden, werden Sie mehr Einheit und Ganzheit erfahren und weniger Trennung von allen und allem. Dies ist, was wir „über das Selbst hinausgehen“ nennen. Das Gehirn, die beiden Gehirnhälften, beginnen sich zu synchronisieren. Sie können die Vorderseite des Gehirns mit der Rückseite sprechen sehen. Die rechte Gehirnhälfte spricht mit der linken. Wenn Forscher kommen, um unsere Arbeit zu untersuchen, sagen wir immer: „Oh, passen Sie auf. Sie wird gleich auftauchen.“ – „Was meinen Sie?“ – „Passen Sie auf. Das wird wunderschön.“

Wenn Sie dann diese beiden Hemisphären zusammenkommen sehen, die Vereinigung der Polarität, der Dualität, der Gegensätze, ist das Ganzheit. Diese beiden Hemisphären synchronisieren sich und die Person hat dieses riesige Lächeln im Gesicht. Jetzt haben sie das Gefühl, dass es bereits passiert ist. Tatsächlich fühlen sie sich so vollständig, dass es unmöglich für sie ist, etwas zu wollen. Wie könnten Sie wollen, wenn Sie sich ganz fühlen? Es gibt keinen Mangel und keine Trennung. Jetzt nähern Sie sich diesem vereinten Feld als reinem Bewusstsein. Sie können Ihren Körper, die Menschen in Ihrem Leben, Ihre Probleme, Ihre Krankheit nicht mitnehmen. Sie müssen über sich hinausgehen und nackt als reines Bewusstsein eintreten. Das einheitliche Feld, die Informationen in dem Feld, dessen können Sie sich bewusst werden, weil es voller Frequenzen ist. Geordnete Frequenzen. Und alle Frequenzen enthalten Information.

Aber Sie können das nicht mit den Sinnen erfahren, da dies der Bereich der dreidimensionalen Realität ist. Es ist ein anderer Glaube oder eine andere Gewohnheit, die Sie abbauen müssen. Wenn Sie jedoch in diesen eleganten Moment eintreten, geschieht etwas wirklich Tiefgreifendes, wenn Sie zu niemandem werden, nichts, nirgendwo und zeitlos. Erörtern Sie das mit mir. Wenn wir alles Materielle aus dieser dreidimensionalen Realität entfernen würden, alle Körper der Welt, alle Menschen der Welt, alle Objekte, alle Dinge, alle Orte. Wenn wir die Planeten entfernen würden, die Monde dieser Planeten, die Sterne, das Licht der Sterne, die Galaxien, die Meteore. Alles in diesem bekannten materiellen Universum. Wenn wir alles Physische entfernen würden, hätten wir einen leeren, schwarzen Raum übrig, in dem es nichts Physisches gibt. Aber nur, weil Sie etwas nicht sehen können, heißt das nicht, dass es nicht existiert. An diesem Ort gibt es Nicht-Lokalität. Die Möglichkeit hat sich nicht in der dreidimensionalen Realität manifestiert. Dies ist das Nadelöhr, durch das wir gehen müssen.

Genau zur gleichen Zeit, in der das Herz hoch organisiert wird, passiert etwas Erstaunliches. Denn wenn Sie im Kampf- oder Fluchtmodus leben und nicht rennen können, nicht kämpfen können und nicht verstecken oder stehen bleiben können, weil Sie berufstätig sind, in einem Geschäftsmeeting sitzen oder an einem Esstisch sitzen oder was auch immer, und das Herz wirklich heftig pumpt, weil es glaubt, dass ein Raubtier hinter Ihnen ist, aber da ist kein Raubtier, dann treten Sie das Gaspedal und gleichzeitig auf die Bremse. Das Herz versucht zu rasen, aber Sie treten die Bremse. Das Herz beginnt, sehr inkohärent zu schlagen. Energie verlässt dieses kreative Zentrum. Dies ist unser Kreativzentrum. Dies ist unsere Verbindung zum einheitlichen Feld. Dies ist das Zentrum der Einheit und Ganzheit. Genau hier beginnt unsere Göttlichkeit. Wenn das Herz so schlägt und Sie Gas und Bremse betätigen, schlägt es sehr inkohärent. Dann hören Sie auf, sich selbst zu vertrauen. Dann hören Sie auf, zu wissen. Dann hören Sie auf, dankbar zu sein. Dann hören Sie auf, zu lieben oder Ihr Leben zu genießen.

Jetzt bewirkt die Erregung dieser Chemikalien, dass Sie in zwei Hemisphären arbeiten, in Dualität. Es macht also Sinn: Wenn Sie in Dualität sind, Sie in Polarität sind, wenn Sie analysieren und nachdenken, verlieren Sie Ihre Freude. Die Chemikalien wecken den analytischen Verstand. Sie lieben das Leben und plötzlich beginnen Sie, zu analysieren. Sie verlieren es. Wenn das Herz jedoch auf diese Art von Ordnung zu reagieren beginnt, bei der die beiden Hemisphären zusammenkommen, beginnt sich die Energie direkt ins Zentrum zu verlagern. Wir haben es gemessen. Wenn es sich in die Mitte bewegt, sobald es hier ankommt, geht es nur in eine Richtung und die führt direkt ins Gehirn. Jetzt entsteht diese Öffnung des Herzens. Die Person fängt an, sich ganz zu fühlen. Sie fühlt es nicht von einem theoretischen Standpunkt aus. Sie fühlt es biologisch und physiologisch. Sobald die Energie ins Zentrum gelangt und beginnt, die Energie im Gehirn zu verstärken, können Sie von einer anderen Bewusstseins-ebene aus arbeiten. Sie fangen an, anders zu denken. Diese Energie, diese Emotion bringen eine Reihe neuer Gedanken. Sie sind nicht wütend, nicht ungeduldig, nicht verärgert, nicht frustriert. Tatsächlich lieben Sie jeden. Sie lieben das Leben. Es gibt eine ganz andere Reihe von Gedanken im Gehirn, die sich einzuschalten beginnt.

Auf die gleiche Weise: Sobald Energie in Ihr Herz gelangt und anfängt, kohärent zu werden – und das haben wir gemessen –, wird ein messbares Magnetfeld erzeugt, das bis zu drei Meter breit sein kann. Jetzt sind Sie mehr Energie als Materie, mehr Welle als Teilchen. Es ist also dieses Zentrum, das Sie mit dem einheitlichen Feld verbindet. Diese Frequenz, die das Herz aussendet, trägt Informationen. Sie können den Gedanken Ihrer Heilung darauf legen, weil dieser Gedanke von dieser Energie getragen werden kann. Er kann nicht von der Energie des Leidens getragen werden. Leiden trägt einen anderen Gedanken. Er kann nicht auf Angst beruhen. Ihr Gedanke an

Heilung kann von dieser Frequenz nicht getragen werden. Der Gedanke an Ihr neues Leben kann nicht getragen werden, bis dieses Zentrum geöffnet ist. Jetzt erschaffen Sie mehr aus Energie heraus und weniger aus Materie.

Stellen Sie sich vor, Sie fühlen sich so ganz, dass Sie nicht mehr danach suchen, weil Sie das Gefühl haben, es bereits zu haben. Warum würden Sie jemanden verurteilen? Sie würden das Gefühl verlieren. Gleichzeitig senden Sie jetzt eine völlig neue elektromagnetische Signatur. Was immer wir aussenden, was immer wir ins Feld senden, ist unser Experiment mit dem Schicksal. Es macht also Sinn, dass Sie sich in dem Moment, in dem Sie diese Energie verlieren oder dieses Gefühl verlieren und auf der Autobahn oder bei der Arbeit ungeduldig werden, einfach von der Energie Ihrer Zukunft abkoppeln. Sie sind wieder bei der Energie Ihrer Vergangenheit. Erwarten Sie nicht, dass sich etwas ändert. Wenn Sie mir sagen: „Es war diese Person oder diese Erfahrung, die es mir angetan hat“, sage ich Ihnen: „Sie kehren zum unbewussten Programm zurück und glauben, dass Sie ein Opfer sind. Sie lassen jemanden da draußen kontrollieren, wie Sie sich fühlen und wie Sie denken. Ist das kein Opfer?“ Wenn Sie dann anfangen, Ihre Gedanken und Gefühle zu ändern, und eine völlig neue Signatur senden, ergibt es jetzt vollkommen Sinn, dass es eine energetische Übereinstimmung zwischen Ihnen und Ihrer Zukunft gibt. Wenn Sie dann aus dem Zentrum heraus kreieren und das Gefühl haben, es bereits zu haben, müssen Sie es nicht mehr holen und Ihren Körper durch den Raum schleppen, um ihn zum Arbeiten zu bringen. Sie fangen tatsächlich an, Raum und Zeit zu verzerren. Sie ziehen die Ereignisse zu sich. Jetzt sind Sie der Magnet. Der Nebeneffekt davon sind die Synchronitäten, die Zufälle, die Gelegenheiten, die Zufälligkeiten, die Magie, der Flow, die anfangen zu geschehen. Wenn dann jemand diesen Abgrund erreicht, wo er niemand ist, niemand, nichts, nirgendwo und zeitlos, wo er jenseits von sich ist, ist das nicht das Ende. Das ist der Anfang. Das Quantenfeld ist also der Bereich, in dem unendlich viel Zeit zur Verfügung steht. Stellen Sie sich vor, die Zeit wäre ewig. Sie hätten alle Zeit der Welt, um etwas zu erledigen. Was könnten Sie alles schaffen? Genau so viel, wie Sie sich vorstellen, oder?

Interviewerin:

Richtig.

Joe Dispenza:

Im Bereich von Zeit-Raum, im Quantum, wenn es unendlich viel Zeit gibt, ist diese Zeit ewig. Es gibt ein großes Jetzt. Das bedeutet dann, dass alle Möglichkeiten im ewigen Jetzt existieren. Denn wenn Sie unendlich viel Zeit hätten, können Sie alles

schaffen, wie Sie es sich vorstellen. Das ist das Quantum. Aber es gibt dort nichts Physisches, was in Raum und Zeit lokal existiert. Es ist nicht-lokal. Alles ist möglich. Es ist die Wellenfunktion der Quantenphysik. Es ist Frequenz, es ist Schwingung, es ist Energie, es ist Information, es ist Bewusstsein. Dieser Bereich ist der Bereich der Möglichkeiten. Wenn Sie sich in diesem Bereich befinden, besteht Ihre Aufgabe als Bewusstsein darin, eine Verbindung zu einer größeren Ebene der Einheit, Ganzheit und Ordnung herzustellen.

Sie fragen: „Woher weiß ich, dass es das gibt?“ Wenn Sie sich mit Stringtheorie und Quantenphysik befassen, versuchen sie, alle Kräfte zu vereinen, die alles Physikalische erscheinen lassen. Dann könnten Sie sagen: „Nun, es existiert nicht.“ Ich sage: „Nun, Ihre Nase existiert erst, bis Sie Ihre Aufmerksamkeit darauf richten. Sie war schon immer da, aber wenn Sie nicht darauf achten, existiert sie nicht.“ Das Quantenfeld ist genau gleich. Wenn Sie anfangen, eine Verbindung herzustellen ...

Wir haben das jetzt gesehen. Die Leute beginnen, sich in diese Frequenz einzuklinken, und wissen, wie sie ihre Gehirnströme ändern können. Jetzt verlangsamen sie ihre Gehirnströme so sehr, dass sie anfangen, sich in Theta-Gehirnströme zu verwandeln. Dieser Mechanismus, diese Melone, dieser Same des Bewusstseins, der Same Ihrer Identität, das bekannte Selbst: Die Lichter sind aus. In diesem Zentrum brennt kein Licht. Sie sind aus dem Weg und plötzlich verschmilzt Ihr Bewusstsein mit Ihrem Unterbewusstsein, Ihrem autonomen Nervensystem. Wenn es in den Hintergrund tritt, beginnt es genau das zu tun, was es wirklich gut macht, und das ist, Ordnung zu schaffen, Homöostase zu erzeugen, Gleichgewicht zu erzeugen.

Die Sache ist jedoch: Wenn dies eintritt, die Frequenz im Gehirns scan einer Person ... Sie unterdrückt ihre ... Sie geht über ihren analytischen Verstand hinaus. Sie unterdrückt dieses Gehirn. Sie ist sehr anregend für Informationen und lernt, wie sie mit ihrem Unterbewusstsein umgeht. Nicht durch Denken, sondern durch Fühlen. Wenn sie sich auf Frequenzen einstellt und eine Verbindung zu einer Frequenz herstellt und diese abgeschaltet ist, sehen wir nur eine Erregung der Energie im limbischen Gehirn, in der Mitte Ihres Gehirns, die so intensiv ist.

Sie haben in Ihrer Frage von „normal“ gesprochen. Die meisten Menschen ... Egal ob Sie Größe, Gewicht, Intelligenz, Sehkraft oder Gehör messen: Wenn Sie einen großen Teil der Bevölkerung nehmen und irgendeines dieser Dinge messen würden, würden Sie dieselbe Glockenkurve sehen. An diesem hohen Teil der Glockenkurve ist der Durchschnitt. Sie zeichnen eine Linie in der Mitte und zwei andere Linien. Jetzt haben Sie drei Standardabweichungen über dem Normalwert und drei unter dem Normalwert.

Der Durchschnitt ist die große Fläche. Wenn es abfällt, sind ungefähr 68% der Menschen durchschnittlich. Dann haben Sie ca. 13% mit etwas besserem Sehvermögen, 13% mit etwas schlechterem Sehvermögen. Wenn es wirklich schmal wird: 2% erstaunliches Sehvermögen, 2% wirklich schlechtes Sehvermögen. Das sind 99,7% der Bevölkerung. Drei Standardabweichungen über oder unter dem Normalwert. Unsere Scans zeigen Gehirnwellenmuster mit hohem Gamma. Gamma, Überbewusstsein, Überaufmerksamkeit. 200, 300, 400, 500 Standardabweichungen außerhalb der Norm. Das ist übernatürlich. Diese Linie wird immer enger und enger. Zeichnen Sie weitere 297, 397 Linien darüber hinaus. Dort befindet sich die Energie des Menschen im Gehirn. Er hat einen sehr transzendentalen Moment.

Er ist mit einer Frequenz verbunden und diese Frequenz enthält Informationen. Jetzt verhält sich das Gehirn wie ein Wandler, wie eine Fernsehantenne, die die Frequenz in aussagekräftige Bilder umwandelt. Das einzige ist, dass die Bilder realer sind, echter als alles, was Sie mit Ihren Sinnen erlebt haben. Innerhalb von Sekunden laden sie Informationen aus dem Feld herunter und rüsten ihr menschliches Betriebssystem auf. Es ist eine Nebenwirkung davon. Eine Person mit schwerem Ekzem, schwerer Psoriasis, schwerer Depression, sehr schwerem hormonellen Ungleichgewicht, Hörproblemen: in nur einer Sekunde ist es verschwunden. Warum? Weil ihr Bewusstsein und das Bewusstsein des einheitlichen Feldes zu verschmelzen beginnen.

Sie richten mehr Aufmerksamkeit darauf und weniger Aufmerksamkeit auf sich. Sie werden das Bewusstsein von jedem. Von jedem, von allem, von überall und jeder Zeit.

Wenn ihr Bewusstsein dem Bewusstsein der Quelle näher kommt, dem Nullpunktfeld, der Singularität, dem universellen Verstand, wie auch immer Sie ihn nennen möchten, und sie sich in dem Moment so sehr verloren haben, dass sie weit über sich hinaus gehen, wird diese Welt zur realen Welt. In dem Moment, in dem dies geschieht, gibt es weniger Trennung zwischen zwei Bewusstseinspunkten. Wenn es weniger Trennung gibt zwischen zwei Bewusstseinspunkten, haben Sie weniger Zeit, weil Zeit durch die Trennung von zwei Bewusstseinspunkten entsteht.

Das bedeutet: a) was auch immer sie erschaffen, wird in kürzerer Zeit geschehen, weil sie so verbunden sind, und b) was ebenso wichtig ist, ist, dass sie sich vollständiger fühlen. Sie erleben ein solches Maß an Einheit, dass sie jetzt nicht mehr darauf warten, Heilung, Ganzheitlichkeit oder Dankbarkeit zu fühlen. Sie warten nicht auf eine neue Beziehung, um Liebe zu fühlen. Sie warten nicht auf den mystischen Moment, um Ehrfurcht zu empfinden.

Sie sind in dem Moment so gefangen, dass sie jetzt so im Ewigen sind, und diese Tür zwischen dem bewussten Verstand und dem Unterbewusstsein ist so weit offen,

dass alles, was sie denken, real wird. Und plötzlich hat man tiefgreifende innere Momente.

Denken Sie darüber nach. Erfahrung bereichert das Gehirn. Das ist eine Tatsache. Das Endprodukt einer Erfahrung ist eine Emotion. Eine Person hat also ein inneres Ereignis, das realer ist als jedes äußere Ereignis in der Vergangenheit. Jeder Verrat, jeder Schock, jedes Trauma, jedes Ereignis, das einen vor 20, 30, 40 Jahren aus dem Gleichgewicht gebracht hat, und über das man nicht hinweggekommen ist. Das innere Ereignis trägt eine Energieamplitude, die größer ist als der Verrat. Das Gefühl der Liebe ist nicht chemisch. Es ist nicht so schwer wie diese Überlebensemotionen. Es ist elektrisch und es ist sehr gut organisiert. Es ist extrem vereinigt. Man fühlt dieses unbekannte, neue Gefühl und es ist elektrisierend. Man kann nicht anders, als auf die Bilder im Kopf zu achten. Jetzt fängt man an, sich an die Zukunft zu erinnern. In gewisser Weise kehrt man zu den Sinnen zurück. Man nimmt ein breiteres Spektrum der Realität wahr, weil das Gehirn jetzt darauf ausgerichtet ist, das wahrzunehmen, was immer existiert hat, aber was man wegen fehlender Schaltkreise nicht sehen konnte. Wir sehen die Dinge nicht so, wie sie sind. Wir sehen Dinge so, wie wir sind.

Dann ist die Person jetzt ... Das Spektrum der Art, wie die Realität wirklich ist ... Eine Illusion, ein Schleier, eine Konditionierung wurde entfernt und Sie werden weniger von der Außenwelt verführt. Sie werden sagen: „Was auch immer dieses Gefühl war, es ist viel besser als jede Droge. Viel besser als jeder Einkaufsbummel. Viel besser als jedes Fußballspiel. Das hier? Ich will mehr davon. Das war elektrisierend.“ Jetzt lenken Sie mehr Aufmerksamkeit nach innen, wo Glück, Freude und Liebe schon immer waren. Wenn Sie an dem Punkt angelangt sind, an dem Sie so glücklich mit sich selbst sind, dass Sie nur noch Sie selbst sein möchten, sind wir angekommen.

Interviewerin:

Man braucht die Krankheit nicht mehr, um aufzuwachen.

Joe Dispenza:

Stimmt. Die Krankheit ... Was passiert, ist, dass Menschen, wenn sie Krankheiten haben ... Es so interessant ist, weil sie sich an das Ereignis erinnern können, das ihre Abwärtsspirale in ihrem Leben in Gang gesetzt hat. Die starke Emotion dieses Ereignisses hat sie so sehr verändert, dass sie so desorientiert waren oder sich im Innern so stark veränderten, dass sie ihren Fokus verengten und ein Bild einfroren. Das Gehirn machte eine Momentaufnahme. Das nennt man Erinnerung. Langzeiterinnerungen entstehen durch erhöhte emotionale Erfahrungen. Wie können Sie das ändern? Sie brauchen ein inneres Ereignis, das größer ist als der Verrat, größer als der Schock. Innerhalb von Sekunden reorganisiert sich das Gehirn und formt sich neu. Ein neues

chemisches Signal geht an den Körper. Plötzlich kann man sagen, dass der vergangene Moment weggespült wurde. In gewissem Sinne wurde er das. Wir haben die Nebenwirkungen in Bezug auf Heilung und Veränderung des Lebens der Menschen gesehen.

Interviewerin:

Ich glaube, Sie verkörpern ... Ich versuche, es so schnell wie möglich zusammenzufassen, weil das so schön war. Alles, was ich gelernt habe durch die Interviews mit all diesen Menschen und den Dokumentarfilm und das Gespräch mit Ihnen, ist: Heilung ist ein spirituelles Ereignis der Wiederverbindung. Kohärenz ist das, was uns in Homöostase versetzt, wo unser Körper zum Heilen gemacht ist, oder? Man kann jedoch nur auf den inneren Heiler zugreifen, wenn man einen kohärenten Zustand hat.

Joe Dispenza:

Richtig. Raus aus dem Überlebensmodus. Und sich sicher genug fühlen, um sich im gegenwärtigen Moment zu entspannen. Bei unseren Veranstaltungen geht es am ersten Tag darum, sich selbst zu überwinden. Jeder versucht, sich vom Programm zu lösen. Sie tun alles andere, außer, der Formel zu folgen. Denn das macht man ebenso. Sie werden es auf Ihre Weise tun. Früher oder später nach zahlreichen Möglichkeiten sagen sie: „Okay.“ Plötzlich beginnen sie, ein kohärentes Gehirn zu schaffen. Ein kohärentes Gehirn sendet Signale aus. Das ist Ihre Absicht, die Sie in das Feld senden. „Ich habe ein sehr klares Bild von dem, was ich will“, und das ist der Gedanke, der gesendet wird. Je kohärenter das Gehirn ist, desto mehr werfen Sie einen sehr klaren Stein ins Wasser, der perfekte konzentrische Ringe erzeugt. Sie produzieren ein Feld, das sehr gut organisiert ist. Daher ist die Nachricht jetzt sehr klar im Feld. Gleichzeitig öffnen Sie Ihr Herz wieder für das Leben. Dann sagen Sie vielleicht: „Das kann ich nicht wirklich. Ich fühle Liebe nicht wirklich.“ Ich würde sagen: „Wie lange üben Sie am Tag, Dankbarkeit oder Liebe zu empfinden?“ – „Das tue ich nicht.“ – „Dann werden Sie es nicht fühlen.“

Bringen Sie eine Person in diesen unendlichen Raum, in dem sie niemand ist, nichts, nirgendwo, zeitlos, und sagen Sie: „Von all den unendlichen Möglichkeiten, auf die du deine Aufmerksamkeit lenken kannst, bringen wir sie genau dort hin.“ Dorthin, wo Ihre Aufmerksamkeit ist, lenken Sie auch Ihre Energie. Lassen Sie uns unsere Aufmerksamkeit dort behalten. Moment für Moment. Und lassen Sie uns atmen. Lassen Sie uns fühlen. Lassen Sie uns daran arbeiten, diesen Zustand zu kultivieren und Ihr Herz zu öffnen. Wie eine Blume, Blütenblatt für Blütenblatt ... Wenn Ihre Aufmerksamkeit da ist ... Dorthin, wo Ihre Aufmerksamkeit ist, lenken Sie auch Ihre Energie. Sie fangen an, Energie im Herzen zu kultivieren und es beginnt zu blühen. Aber es dauert vielleicht eine Woche. Na und? Wie lange haben Sie es verschlossen gehalten,

um sich vor erneuten Verletzungen zu schützen?

Wenn das Herz anfängt, sehr kohärent zu werden und diese messbaren Effekte erzeugt, ist die erhöhte Emotion das Magnetfeld, das das Ereignis zu Ihnen zurückzieht. Wenn Sie in Mangel leben und wieder zu Sinnen kommen und sagen: „Wo ist mein Sportwagen?“, sind Sie wieder die alte Person. Wenn Sie das Gefühl nicht fühlen, ziehen Sie nichts zu sich zurück. Wenn dann ein Gedanke ein Signal aussendet und das Gefühl das Ereignis zurückzieht, dann seien Sie besser in Ihrem Herzen und wissen, wie Sie diesen veränderten Geistes- und Körperzustand den ganzen Tag über aufrechterhalten, unabhängig von den Bedingungen in Ihrer Umgebung, unabhängig von Gewohnheiten und emotionale Konditionierung Ihres Körpers, unabhängig von Zeit. Wenn Sie das tun, seien Sie bereit, denn in Ihrer Welt wird etwas Seltsames passieren. Das ist der Nebeneffekt. Kohärentes Signal, kohärentes Signal. Jetzt senden Sie ein sehr klares Radiosignal. Sie schaffen eine sehr hohe Organisation. Je kohärenter Ihr Gehirn und Ihr Herz sind, desto mehr können sie elektromagnetisch Informationen aus dem Feld lesen und desto klarer ist auch das Signal im Feld.

Wie lautet die Antithese? Inkohärentes Gehirn, inkohärentes Herz. Sie können sich wünschen, was Sie wollen. Sie können beten, was Sie wollen. Sie können betteln, Sie könnten hoffen, Sie können es versuchen, Sie können es erzwingen, aber die Inkohärenz erzeugt kein Signal im Feld. Tatsächlich fühlen Sie sich getrennt. Sie sind nicht da. Dann sind Sie Materie, die Materie zu ändern versucht, und das wird eine lange Zeit dauern. Ich arbeite seit über 10 Jahren daran, Menschen dazu zu bringen, Gehirn- und Herzkohärenz zu praktizieren. Am Anfang hielten sie mich für verrückt. Die Hasspost: „Was ist das für eine seltsame Sache? Ich verstehe es nicht. Ich eile einfach und mache nur den Teil zum Erschaffen.“ Jetzt können Sie sich das Publikum bei meiner Veranstaltung ansehen, von der wir vor wenigen Tagen aus Mallorca zurückgekommen sind. Man konnte in ein Publikum von 1.300 Leuten schauen und niemand bewegte sich. Sie sitzen da. Sie sind weg. Sie wissen, wie es geht. Sie wissen einfach, wie es geht. Was machen sie? Sie haben sehr tiefgreifende Momente, die nichts mit dieser dreidimensionalen Realität zu tun haben.

Wie bezieht sich das auf Krankheit? Nun, das Immunsystem wird stärker. Sie haben all diese erstaunlichen Vorteile. Telomere verlängern sich, der Körper befindet sich in einem Wachstumszyklus. Je stärker die Gefühle sind, die Sie für die Probleme und Umstände in Ihrem Leben empfinden, desto mehr achten Sie darauf. Wo Ihre Aufmerksamkeit ist, landet auch Ihre Energie. Sie geben Ihre Macht an diese Person oder dieses Problem ab, und das ist wertvolle Energie, die Sie verwenden könnten, um ein neues Schicksal zu erschaffen. Ich lehre die Menschen, ihre Probleme und die Emotionen dieser Probleme zu überwinden. Wenn sie diese Emotionen nicht mehr spüren, achten sie nicht mehr auf diese Person oder das Problem. In gewisser Weise

holen sie ihre Macht zurück. Sie bauen ihr eigenes elektromagnetisches Feld auf. Das ist Energie, mit der sie heilen können. Das ist die Energie, mit der sie ein neues Schicksal schaffen. Sie erweitern buchstäblich ihr eigenes Feld.

Wir haben das gemessen. Jetzt ist die Person leichter, lockerer, sie ist freier, weniger starr. Sie bemüht sich nicht so sehr. Sie fühlt sich mit etwas Größerem verbunden. Stellen Sie sich jede Erfahrung vor, die Sie in Ihrer Interaktion im Feld mit Ihrem Bewusstsein gemacht haben. Erfahrung legt Schaltkreise in Ihrem Gehirn an. Wenn jede Erfahrung das Gehirn bereichert, jede Erfahrung, die Sie bewusst machen, wenn Sie sich die Zeit nehmen, sich mit diesem Feld zu verbinden, diesem einheitlichen Feld und Sie wissen, wonach Sie suchen, und ich Ihnen sage: „Fühlen Sie es. Erleben Sie es. Achten Sie darauf. Werden Sie sich dessen bewusster. Werden Sie sich dessen bewusster und sich selbst weniger bewusst. Fühlen Sie mehr davon und weniger von sich.“ Wenn Sie das üben, wird jede Erfahrung neue Schaltkreise in Ihrem Gehirn anlegen. Wir könnten dann sagen: „Sie verdrahten Ihr Gehirn, um mit dem Göttlichen, dem universellen Geist verbunden zu sein.“ Das bedeutet: Wenn Sie das richtig gemacht haben, könnten Sie das Göttliche in jedem Menschen sehen, weil Ihr Gehirn jetzt darauf ausgelegt ist. Sie würden weniger Verurteilung erfahren, weniger Mangel, weniger Trennung, weil Sie das nicht fühlen könnten, wenn Sie mit etwas Größerem verbunden sind.

Was sind die Vorteile? Wir möchten das mit offenen und geschlossenen Augen tun können, denn jetzt haben Sie ein kohärentes Herz. Sie haben ein kohärentes Gehirn. Das Signal ist klar und Sie können jetzt Frequenzen einstellen. Wie ein Funkempfänger schalten sich latente Systeme im Gehirn ein und Sie werden Dinge wissen. Sie werden sie nicht in linearer Zeit wissen. Sie werden sie einfach wissen, weil Sie sich mit etwas Größerem verbunden fühlen. Das sehen wir jetzt in der Arbeit, die wir machen. Die Formel ist zur Grundlage geworden. Wenn Sie eine klare Absicht und eine erhöhte Emotion haben, um Realität zu erschaffen, sollten Sie ein sehr kohärentes Gehirn haben. Sie sollten ein sehr kohärentes Herz haben. Sonst ist es ein Gespräch beim Abendessen. Sonst ist es Theorie. Und wenn Sie nicht die Arbeit machen, um Gehirn- und Herzkohärenz zu erzeugen, haben Sie kein gutes Signal. Es ist, als hätte man kein WiFi-Signal. Es ist nicht bereit. Sie können das Signal nicht finden.

Wir haben so viele Jahre gearbeitet, um die Menschen an diesen Punkt zu bringen. Jetzt nehmen wir die Formel und sagen: „Okay, Sie haben sich selbst geheilt. Mal sehen, ob Sie eine andere Person heilen können.“ Wir haben den Menschen die Möglichkeit eröffnet, diese Formel der Gehirn- und Herzkohärenz zu verstehen, die die Grundlagenforschung versteht, dass es nicht Materie ist, die ein Feld emittiert, sondern es das Feld, das Materie erzeugt. Wenn Sie das Feld ändern, ändern Sie die

Materie. Man sieht, wie die Leute das verstehen, und plötzlich sehen Sie tiefgreifende, augenblickliche Heilungen, die direkt vor Ihnen stattfinden. Was ist dann das nächste? „Nun, Sie haben die Person geheilt, die vor Ihnen lag. Sie haben sich selbst geheilt. Ist es dann möglich ... Muss die Person wirklich da sein?“ Wenn es im Quantenfeld darum geht, sich mit allem zu verbinden, was nicht lokal ist, brauchen Sie nur ein Bild. Sie müssen nicht da sein. Wir haben Studenten ... Es gab eine Person in Mexiko-Stadt, die letztes Jahr zu einer Veranstaltung in Berlin gekommen ist. Es war eine Gruppe von acht Leuten, sieben Leuten, und sie heilten die Person dort. Sofortige Veränderung. Sie alle gingen ihre eigenen Wege. Dann kehrte die Frau nach Mexiko-Stadt zurück und ihr Bruder lag zwei Wochen lang im Koma. Sie rief die Heilgruppe an. Sie schickte das Bild aus. Sie setzten sich. Innerhalb einer Stunde wachte er auf.

Interviewerin:
Was?

Joe Dispenza:

Sofort, ja. Erst heute kam noch eine Geschichte, eine weitere Person. Die 17-jährige Tochter einer Frau, die bei unserer Veranstaltung war, lag nach einem Autounfall im Koma. Sie haben alles versucht. In dem Moment, in dem die Kohärenzgruppe sich versammelte, die Augen schloss und das Bild sah ... Als sie das angingen, fing sie an, ihre Arme zu bewegen. Als sie fertig waren, sprach sie und versuchte, ihren ganzen Körper zu bewegen. Das ist nicht-lokale Kommunikation. Was ist der Wert dahinter? Es ging nie um uns. Es ist wie der lebende Organismus der Menschen, die Spezies des Menschen. Ich meine, was ist unsere Zukunft? Wir müssen lernen, uns gegenseitig zu heilen. Wir müssen Informationen austauschen. Wir müssen uns gegenseitig unterstützen. Wir müssen besser kommunizieren. Wir müssen füreinander scheinen. Nicht, um andere zu übertreffen, sondern damit sie auch scheinen können. Kooperation, Zusammenarbeit. Darum geht es. Es geht um einen lebenden Organismus, der zum Bewusstsein zurückkehrt. Was diese lebendige Organisation verbindet, ist die Frequenz der Liebe. Wir haben Studien durchgeführt, die beweisen, dass Sie, sobald Sie diesen Zustand erreichen, das autonome Nervensystem einer Person beeinflussen können, indem Sie nur den Gedanken haben, dass ihr Leben besser sein soll, dass ihr Leben bereichert werden soll, dass ihr Körper heilen soll, dass ihre Träume wahr werden sollen. Das Herz einer jeden Person wird kohärent an einem entlegenen Ort. Sie hängt zur selben Zeit am Monitor. Sie können die Welt verändern, wenn Sie anfangen, es so zu betrachten. Wir geben immer unser Bestes, um die Formel weiterzuentwickeln, und sagen: „Wir haben dies getan, wir haben das getan, wir haben das getan und wir werden gut darin. Was kommt also als nächstes? Lasst uns sehen Sie, ob wir zur nächsten Stufe kommen.“ Und genau das machen wir. Wir heben diese Formel auf eine andere Ebene.

Interviewerin:

Bei jedem Workshop freuen Sie sich darauf, welche neue Stufe Sie erreichen können.

Joe Dispenza:

Wissen Sie was? Es gibt immer kleine Zweifel, bis es jemand tut. Dann brauchen wir nur noch ein oder zwei Leute, und plötzlich sind wir wieder bei der 4-Minuten-Meile.

Interviewerin:

Wie funktioniert das? Bei 1.300 Menschen, die da sitzen, in einem kohärenten Zustand sind und dieses starke elektromagnetische Feld aussendet, diese Liebe und erhöhte Emotion aussendet – stärkt das das Feld, was mehr wundersame Dinge verursacht? Ist es eine Gruppen-Sache?

Joe Dispenza:

Es findet eine sehr mächtige Gruppendynamik statt. Wir haben das in früheren Forschungen gesehen. Wenn Menschen über sich selbst hinausgehen, sinkt nicht bei jedem Event, aber bei manchen, die Energie im Raum. Die Wissenschaftler, die die Studien durchführten, waren sehr besorgt. Sie kamen angerannt: „Die Energie im Raum sinkt.“ Ich sagte: „Ich weiß, ich weiß.“ Wenn Sie aus dem Feld zehren und Ihre energetischen Bindungen mit allen und allem in Ihrem Leben aufbrechen und Ihre Macht zurückholen, zehren Sie vom Feld. Die Energie im Raum sinkt ein wenig und Sie erzeugen Ihr eigenes Feld. Wenn Sie Ihr eigenes Feld aufbauen und sich selbst regulieren und Herzkohärenz herstellen, kommen Ihre Wellen und die Wellen einer anderen Person. Vielleicht sind sie ein bisschen asynchron, aber plötzlich vereinigen sie sich. Sie fangen an, zu summieren. Wenn das passiert, steigt die Amplitude. Je höher die Amplitude, desto höher die Welle, desto höher die Energie im Raum. Und sie beginnen, mitgerissen zu werden.

Wenn Menschen ihr Bewusstsein öffnen und sich auf Energie einstellen, beginnen Sie, einen Geist zu erschaffen, ein Herz zu erschaffen. Sie erschaffen ein kollektives Bewusstsein. Nicht anders als bei Vögeln. Sie fliegen alle in eine Richtung. Fische bewegen sich alle als Schwarm. Wenn man dieses Phänomen untersucht, heißt es Emergenz. Man könnte denken, dass es ein Top-Down-Phänomen ist, dass es einen Führer gibt, dem alle folgen. Aber tatsächlich gibt es keinen Führer. Es ist ein Bottom-Up-Phänomen. Alle führen. Jetzt haben Sie einen Geist und ein Herz und sind synchronisiert.

Was ist der Vorteil daran? Erstens: Die Erscheinung dieser Vögel, die Erscheinung dieser Fische löst bei einem anderen Fisch oder Vogel oder Raubtier das Bild von etwas Größerem aus. Sie müssen synchron sein. Wenn sie nicht synchron sind, hat es keine

Bedeutung. Sie müssen sich als Organismus bewegen. Jetzt haben Sie diesen lebendigen Organismus, der auftaucht. Diese bestimmte Zeit ist es eine so wichtige Zeit für uns, am Leben zu sein, weil jedes System, jedes Paradigma zusammenbricht. Sei es die Umwelt, sei es das politische Modell, Wirtschaftsmodell, religiöse Modell, Bildungsmodell, der Journalismus oder das medizinische Modell: Es fällt alles auseinander. Weil wir ein solches Verhalten nicht über längere Zeit aufrechterhalten können, wird die Spezies nicht überleben.

Jedes Mal, wenn es mehr Informationen gibt, erzeugt Information ein höheres Achtsamkeitsniveau. Achtsamkeit ist Bewusstsein. Ohne Energie kann man kein Bewusstsein haben. Wir sehen diesen dramatischen energetischen Wandel, der auf dem Planeten stattfindet, weil die Menschen so informiert sind. Wenn Sie Systeme im Sinne der Chaostheorie studieren: Wenn Informationen in das System einfließt, gibt es höheres Bewusstsein. Das System löst sich auf, weil die neuen Informationen dazu führen, dass das Chaos sich als Energie und Information auflöst, was eine unvorhersehbare Ordnung ist. Es ist neu, weil es nicht mehr vorhersehbar ist. Das ist es, was in unserer Welt passiert. Was auch immer diese Energie tut, wird bestätigen, wer Sie sind. Wenn Sie im Überlebensmodus leben, wenn Sie aufgeregt, verurteilend, frustriert leben, wird deshalb alles verstärkt. Wenn Sie lernen, sich selbst zu regulieren und diese Formel anzuwenden, werden Sie in der Lage sein, diese ungeordnete Energie, das Unbehagen, das Sie empfinden, zu nehmen, und haben ein Werkzeug, um Ordnung oder Kohärenz, eine höhere Ebene der Ordnung daraus zu erzeugen.

Wenn Sie das tun und ich das tue ... Und ich sage nicht, dass es Ihre Schuld ist, dass ich so bin. Niemand gibt jemand anderem die Schuld. Aber sie sagen: „Hey, ich werde an meiner Angst arbeiten. Du arbeitest an deiner Wut und Frustration. Kümmern wir uns einfach um uns selbst.“ Ich garantiere Ihnen: Wenn die ganze Welt das zur selben Zeit tun würde, würde etwas anderes entstehen. Die Entstehung eines neuen Bewusstseins bedeutet nicht, dass eine Person kommt, um die Welt zu retten. Es ist ein Kollektiv. Es ist ein Geist, ein Herz. Ich bin jetzt optimistischer als je zuvor. Wir sollten diesen besonderen Zusammenbrüchen und Herausforderungen in unserer heutigen Welt nicht mit demselben Bewusstsein begegnen, das sie erzeugt hat. Wir können nicht wütend werden, Angst bekommen, Vorurteile haben. Wir können nicht leiden. Wir müssen über die Illusion davon hinwegblicken. Wir müssen lernen, wie wir uns auf einer höheren Geistesebene begegnen, mit höherem Bewusstsein. Etwas Größeres wird sich neu organisieren, wenn die Güte des Menschen vorherrscht.

Interviewerin:

Machen wir das. Sie haben diese mystischen ... Man geht zu Ihrem Workshop. Sie veranstalten diese Woche mit mystischen Erfahrungen. Man verändert sich, wird je-

mand anderes. Man zapft das Übernatürliche an. Ist es dann erledigt? Sagen wir, die Arthritis verschwindet, man geht, ist dankbar. Muss man mit den Übungen weitermachen, um auf diesem Niveau zu bleiben?

Joe Dispenza:

Die Antwort auf die Frage lautet Ja und Nein. Ich werde es beantworten, weil ich meine eigenen persönlichen Entdeckungen mache. Die Leute kommen aus allen möglichen Gründen zu der Arbeit. Sei es ein Gesundheitszustand, sei es der Wunsch nach Fülle oder einer neuen Beziehung, einem neuen Job. Alle kommen aus diesen äußerlichen Gründen. Aber ich habe herausgefunden, dass die Leute eigentlich kommen, um ganzer zu werden. Es ist nicht der Reichtum, die Gesundheit, die neue Beziehung, der neue Job. Es ist, wer Sie im Laufe des Prozesses werden. Denn das kann Ihnen niemand nehmen. Dann sehen wir Menschen, die Millionen und Abermillionen von Dollar verdienen. Sie erzeugen Überfluss. Wenn sie Überfluss erzeugen, wollen sie zuerst zurückgeben. Sie wollen einen Unterschied in der Welt machen.

Wir haben gesehen, dass Menschen mit sehr ernsthaften Gesundheitsproblemen wirklich davon geheilt sind. Aber es war nie der Gesundheitszustand, der geheilt wurde, sondern sie. Sie heilten sich und die Nebenwirkung davon war eine dramatische Veränderung in ihrer Biologie. Manche Menschen haben augenblickliche, wunderbare Momente. Man könnte sagen, dass diese Person einen Moment hatte, aber dabei vergisst man, dass sie die letzten zwei Jahre keinen Tag ihre Meditationen verpasst hat. Sie übte und übte. Dieser Moment war der Moment für den Außenstehenden, der ihn mit den Sinnen betrachtet. „Oh, diese Person hat einfach Glück gehabt.“ Diese Person hat keinen Tag ausgelassen. Sie liebt sich genug, weil sie sich würdig genug fühlt, um zu empfangen. Sie hat so viel von sich selbst überwunden. Jedes Mal, wenn Sie sich überwinden, lieben Sie sich mehr. Das ist wahre Liebe. Sie haben einen Durchbruch. Ich habe das gesehen. Und wir sehen das die ganze Zeit bei unseren Events. Bei der Person, die die augenblickliche Heilung hat, mag es so aussehen, als wäre es augenblicklich, aber sie war auf einer Reise. Bei der Person, die diesen Moment hat, ist die Wahrscheinlichkeit, dass die Krankheit zurückkehrt, unserer Untersuchung zufolge sehr gering. Sehr gering.

Eine Person, die etwas länger gebraucht hat, um einen Zustand zu überwinden, und eine Person, die signifikante Blutwertänderungen und Scanveränderungen aufweist, ist in der Lage, diese Änderung für einen längeren Zeitraum aufrechtzuerhalten. Manchmal kommt es nie zurück. Andere Menschen kehren in die gleiche Umgebung zurück. Sie reagieren auf die gleichen Leute. Sie gehen zu den gleichen Orten. Sie haben die gleichen Gewohnheiten und kehren mit der Zeit zum alten Ich zurück. Sie fangen an, auf sehr ähnliche Weise zu denken und zu fühlen. Sie gehen zurück in ein Programm. Das sehen wir nicht oft, aber wir sehen es, dass bei manchen Menschen

einige ihrer Symptome oder ein Teil des Gesundheitszustands zurückkommen. Diese Person steigt dann wieder ein und sagt: „Ich habe mich einmal darum gekümmert. Ich sollte mich wieder darum kümmern können.“

Ich bin auch Pragmatiker. Ich bin eine sehr praktische Person. Bei unserer Arbeit geht es nicht darum, sich selbst von Informationen fernzuhalten. Es geht darum, informiert zu sein. Wenn Sie an einer Krankheit leiden, lassen Sie uns das messen. Testen wir drei Monate, in denen Sie etwas oder eine Reihe von Dingen tun. Emotionales, chemisches, physisches Gleichgewicht. Es gibt drei Arten von Stress: physisch, chemisch und emotional. Drei Arten von Gleichgewicht: physisch, chemisch und emotional. Bringen Sie zwei der drei in Ordnung, erledigt sich das Dritte von allein. Eine Person, die diese Arbeit regelmäßig macht und ihre Zeit darauf verwendet, macht es drei Monate lang. Wenn es eine Änderung gibt, machen Sie weiter. Wenn es keine Veränderung gibt, müssen Sie etwas hinzufügen. Sie müssen etwas ändern. Sie müssen etwas anders machen, weil es Sie nicht weiterbringt. Sie müssen einen Fuß in der Quantenwelt haben, einen Fuß in der realen Welt. Sie müssen beide Welten überspannen können, weil wir Menschen sind. Wir haben physische Körper und sind hier, um das Leben zu erleben. Wir sind auf unserem eigenen Weg. Aber Sie müssen auf Beweise achten und hinschauen.

Ich denke, dass es wichtig ist, dass die Leute die Arbeit fortsetzen, weil es sie bei Bewusstsein hält. Auf die gleiche Weise gibt es Menschen, die geheilt sind und mit denen ich mich zum Abendessen hinsetze. „Hey, warum erzählen Sie dem Publikum nicht Ihre Geschichte, wie Sie Ihre genetische Störung überwunden haben?“ Die Person, die eine schreckliche, turbulente Vergangenheit hatte, die wirklich wütend und bitter war, schaut mich an und sagt: „Ich kann mich nicht an meine Geschichte erinnern. Ich bin so darüber hinweg. Ich erzähle nicht die Geschichte meiner Vergangenheit. Ich erzähle die Geschichte meiner Zukunft.“ Menschen, die diese Arbeit machen, glauben mehr an ihre Zukunft als an ihre Vergangenheit. Menschen, die jeden Morgen aufwachen und von einer Vision der Zukunft bestimmt werden, lieben ihre Zukunft mehr als ihre Vergangenheit. Sie lieben ihre Zukunft jeden Tag, anstatt ihre Vergangenheit zu lieben.

Ein Nebeneffekt davon sind die Gelegenheiten, die sich zu zeigen beginnen. Die Menschen, die heilen, haben zu mir gesagt: „Hey, das war eine der besten Herausforderungen meines Lebens. Ich bin bereit für die nächste.“ Sie schrecken nicht vor dem Leben zurück. Sie sagen: „Ich war lebendiger als je zuvor.“ Sie wollen ihre Fähigkeiten testen und ziehen sich nicht zusammen. Ich denke, dass viele Menschen, die heilen, dann noch viel erstaunlichere Dinge machen. Egal, ob sie eine psychiatrische Klinik errichten oder eine Stiftung gründen. Es gibt Menschen, die erstaunliche, großarti-

ge Dinge tun. Ihre Krankheit wird zu ihrem größten Lehrer. Sie sagen, dass sie ihr größter Lehrer war. Wenn sie sie nicht überwinden, ist sie natürlich ihr Erzfeind. Aber Menschen, die es tatsächlich durchziehen, sagen: „Ich segne meinen Vater. Ich wäre niemals die Person, die ich heute bin, wenn ich diese Erfahrung nicht gemacht hätte.“ Ihre persönliche Transformation lässt sie auf ihre gesamte Vergangenheit zurückblicken und sagen: „Ich möchte nichts in meiner Vergangenheit ändern, was mich hierzu geführt hat.“ Das ist der Moment, in dem die Vergangenheit nicht mehr existiert. Ich denke, dass die Arbeit, die wir in den einwöchigen Events und der persönlichen Transformation der Menschen miterlebt haben, ihnen hilft, über die bekannte Vergangenheit und die vorhersehbare Zukunft hinauszukommen. Das ist das Bekannte. Im Unbekannten zu sein, im gegenwärtigen Moment zu sein ... Anstatt ein Alarmsystem der Angst auszulösen, diese Angstreaktion, kann man in diesem Moment tatsächlich lernen, dass es einen Weg gibt, interne Veränderungen vorzunehmen, und man darin besser wird. Wenn Sie es besser können, ist dieser unbekannte Ort, der gegenwärtige Moment, der perfekte Ort, um daraus etwas zu erschaffen.

Denken Sie darüber nach. Sie wissen, wann jemand in Ihrem Leben präsent ist, weil er seine Aufmerksamkeit auf Sie lenkt. Sie wissen, wenn er nicht präsent ist, weil er nicht auf Sie achtet. Wo Ihre Aufmerksamkeit ist, liegt auch Ihre Energie. Sie praktizieren das jeden Tag. Sie regulieren sich selbst mit geschlossenen Augen, um Gehirn- und Herzkohärenz zu schaffen. Sie wissen, wie man das macht. Sie können mit Ihrem Ehemann präsent sein, mit Ihren Kindern, mit Ihren Kollegen, mit Schmerzen, mit was auch immer. Wo Ihre Aufmerksamkeit ist, ist auch Ihre Energie. Wenn Sie präsent sind, haben Sie eine Menge Energie, etwas auszuführen. Das ist eine Fähigkeit. Je mehr Sie üben, desto besser werden Sie darin.

Interviewerin:

Absolut. Diesen gegenwärtigen Moment anzuzapfen, unendliche Möglichkeit, diese Kohärenz zu fühlen, diese erhöhten Emotionen. Das macht Vergebung viel einfacher, was eine der Hauptzutaten für die Heilung ist, oder?

Joe Dispenza:

Stellen Sie sich Vergebung vor. Ich glaube, dass Vergebung eine Biologie hat. Wir haben in unserer Arbeit den Oxytocinspiegel gemessen. Oxytocin ist die Liebeschemikalie. Wenn Oxytocin bei Wirbeltieren auf dem Höhepunkt ist, baut die Mutter, das Weibchen Verbindung mit dem Nachwuchs auf, während es pflegt und berührt und leckt und reibt. Es ist eine Funktion des limbischen Gehirns. Durch das Binden wird Oxytocin freigesetzt. Auf die gleiche Weise: Wenn Sie sich in der Flitterwochenphase einer Beziehung befinden und viel Intimität stattfindet, steigt der Oxytocinspiegel. Und es verstärkt Monogamie. Es erzeugt eine Bindung, eine Vereinigung.

Die Leute schauen meine Forschungen an und sagen: „Meine Freunde sind Wissenschaftler. Was machen Sie bei Ihren Veranstaltungen? Der Oxytocin-Spiegel ist 200 mal höher. Nicht nur bei ein oder zwei Personen, sondern bei vielen.“ Untersuchungen über Oxytocin besagen, dass der geringste Anstieg des Oxytocins direkt zum Überlebenszentrum des Gehirns, der Amygdala, geht und das Licht für Angst und Unruhe ausschaltet. Es verringert das Ausmaß von Aggression und Wut. Es kühlt die Schaltkreise für Schmerzen und Leiden. Es gibt nur noch einen weiteren Schaltkreis: Freude und Liebe. Die Person fängt an, ein echtes Gefühl der Liebe zu fühlen. Wenn nun Oxytocin erhöht ist, signalisiert Oxytocin eine Chemikalie namens Stickoxid. Stickoxid signalisiert eine Chemikalie namens endothelialer Entspannungsfaktor. Das ist nur ein großes Wort. Es verursacht Entspannung in Ihren Arterien in Ihrem Herzen, in Ihrer Lunge. Wie, wenn Ihre Sexualorgane erregt werden und Blut dorthin fließt und Aktivität stattfindet. Stellen Sie sich die gleiche Intensität in Ihrem Herzen vor. Jetzt wird das Herz der Person wortwörtlich physiologisch anschwellen. Sie wird sich voll fühlen. Sie wird Energie in ihrem Herzen spüren. Genau das schaltet das Herz an und das ist ein anderes Bewusstsein.

Stellen Sie sich vor, dass der Oxytocinspiegel so stark ansteigt. Stellen Sie sich vor, so viel Liebe für alle Menschen und das Leben zu empfinden. Die Forschung über Oxytocin zeigt, dass es unmöglich ist, Groll zu hegen, wenn Sie sich in diesem Zustand befinden. Mit anderen Worten, sagen Sie: „Ich fühle mich so großartig. Ich will das Gefühl nicht verlieren. Ich lenke meine Aufmerksamkeit von Ihnen ab.“ Aber wenn Sie die Emotionen des Ereignisses spüren, wird Ihre Aufmerksamkeit durch die Emotion auf der Person bleiben. Vergebung bedeutet in gewisser Weise, sich selbst zu überwinden, die Emotionen zu überwinden und Ihre Aufmerksamkeit von dieser Person abzuwenden. Sie befreien sich und Sie befreien die Person. Wer ist es wert, ihm Ihre Lebenskraft zu geben? Niemand, richtig?

Interviewerin:
Vor allem die.

Joe Dispenza:

Genau. Vor allem die. Es ist nicht so, dass Sie in diesem Zustand versuchen müssen, zu vergeben. Es ist wirklich der Nebeneffekt einer Bewusstseinsveränderung. Sie würden sie niemals verurteilen. Nachdem Sie sie ein paar Mal verurteilt haben, würden Sie sagen: „Ich habe das Gefühl verloren.“ Dann würden Sie sagen: „Ich muss es zurückbekommen. Und das werde ich nicht noch einmal tun.“ Das ist der Beginn bedingungsloser Liebe. Wenn Sie so glücklich mit sich selbst sind, erlauben Sie den Leuten, so zu sein, wie sie wollen. Der Nebeneffekt davon ist, dass Sie fröhlich sind. Sie verlieren die Freude nur, wenn Sie urteilen und mit allem um sich herum frustriert

sind. Das ist der natürliche Zustand des Seins, wenn wir nicht im Überlebensmodus sind. Ich sage, dass man Menschen beibringen kann, wie man das so gut macht, dass beim Einschalten des Systems 1.300 bis 1.400 verschiedene Chemikalien im Körper freigesetzt werden, die den Körper regenerieren und reparieren. Sie kriegen die natürliche Grippeimpfung des Körpers. Ihr Immunglobulinspiegel wird dramatisch ansteigen. Ihre Telomere verlängern sich. Wachstum findet statt. Es gibt Zeit für Regeneration. Gene werden hochreguliert. Gene machen Proteine, Proteine geben Ihrem Körper Struktur und Funktion. Die Expression von Proteinen ist der Ausdruck des Lebens. Der Körper kehrt in Homöostase zurück und Sie erhalten einen Neustart. Dieser Neustart hat nichts mit einem Medikament zu tun. Er hat nichts mit etwas außerhalb von Ihnen zu tun. Er kommt tatsächlich aus Ihnen heraus. Ich denke, dass jetzt gerade in der Geschichte, wenn die Leute verstehen, was sie tun und warum sie es tun, das Wie einfacher wird. Ich denke, das ist wichtig für die Menschen.

Interviewerin:

Was ist Ihre Hauptbotschaft zum Heilen?

Joe Dispenza:

Es kann keine Heilung in der Materie, in unserem Körper geben, es sei denn, wir haben eine Heilung in unserem Geist, unserem Herzen. Ich denke, hier beginnt die wahre Heilung. Ich glaube, dass ich das allmählich verstehe, und ich hätte das auch vor zwei Jahren noch nicht gesagt, dass wir in der Lage sein müssen, aus Energie und dem Feld heraus zu arbeiten. Wenn wir das Feld verändern, ist es nicht unsere Aufgabe, Materie zu verändern. Das ist der Nebeneffekt. Ich habe wirklich tiefe und wundervolle Heilungen gesehen. Wenn man diese Leute interviewt, sagen sie immer dasselbe: „Das war nicht ich. Ich schwöre, dass es nicht ich war, der das getan hat. Eine größere Kraft, die in mir lebt und in Ihnen lebt, hat es getan. Ich bin einfach aus dem Weg gegangen, damit etwas Größeres passiert.“ Ich denke, wir müssen genau das ablegen, was wir unser ganzes Leben lang genutzt haben, um zu kriegen, was wir wollten, damit etwas Größeres geschehen kann. Das erfordert nur ein wenig Übung und die Entwicklung einer Fertigkeit.