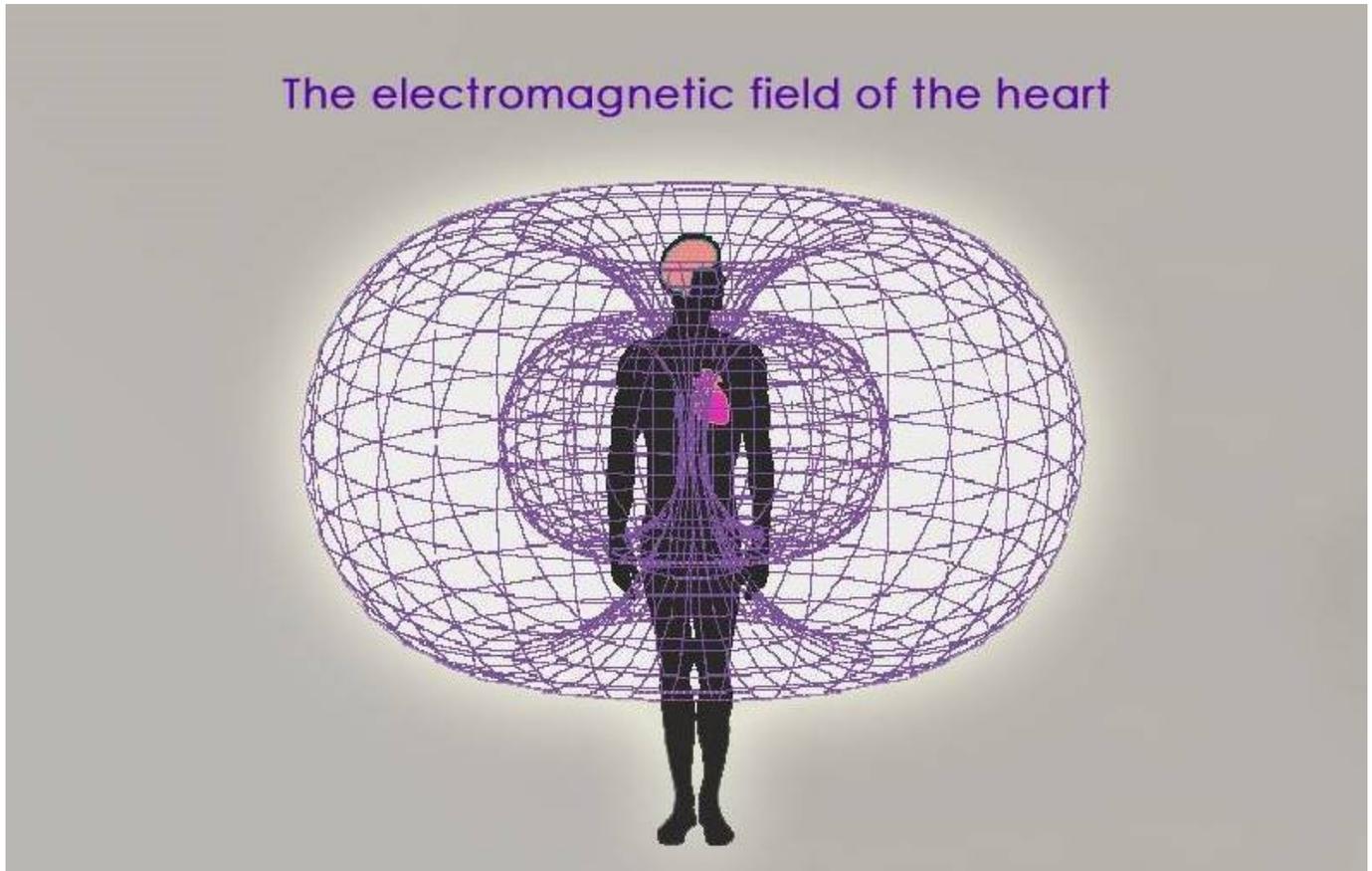


## Das Herz hat sein eigenes "Gehirn" und Bewusstsein

gefunden auf [theeventchronicle.com](http://theeventchronicle.com), von Rollin McCraty, Raymond Trevor Bradley und Dana Tomasino, übersetzt von Antares



Viele glauben, dass das bewusste Gewahrsein ausschliesslich im Gehirn entsteht. Jüngste wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass das Bewusstsein tatsächlich durch gemeinsames Wirken von Gehirn und Körper entsteht. Eine wachsende Zahl von Hinweisen deutet darauf hin, dass das Herz eine besonders wichtige Rolle in diesem Prozess spielt.

*Weit mehr als eine einfache Pumpe, wie man ursprünglich angenommen hat, wird das Herz jetzt von den Wissenschaftlern als hochkomplexes System mit seinem eigenen funktionierenden „Gehirn“ anerkannt.*

Die Forschung in der neuen Disziplin der Neurokardiologie zeigt, dass das Herz ein Sinnesorgan und ein hoch entwickeltes Zentrum für die Aufnahme und Verarbeitung von Informationen ist. Das Nervensystem innerhalb des Herzens (oder das „Herzgehirn“) ermöglicht es, zu lernen, zu erinnern und funktionelle Entscheidungen zu treffen – unabhängig vom Zerebralen Cortex des Gehirns. Darüber hinaus haben zahlreiche Experimente gezeigt, dass die Signale, die das Herz kontinuierlich an das Gehirn sendet, die Funktion der höheren Gehirnzentren beeinflussen, die am Wahrnehmungsvermögen, der Erkenntnisgewinnung und der emotionalen Verarbeitung beteiligt sind.

Neben dem umfangreichen neuralen Kommunikationsnetzwerk, der das Herz mit dem Gehirn und dem Körper verbindet, kommuniziert das Herz auch Informationen an das Gehirn und durch

den gesamten Körper mittels Wechselwirkungen im elektromagnetischen Feld. Das Herz erzeugt das stärkste und umfassendste rhythmische elektromagnetische Feld des Körpers. *Verglichen mit dem elektromagnetischen Feld, welches durch das Gehirn erzeugt wird, ist die elektrische Komponente des Herzfeldes in ihrer Amplitude ungefähr 60-mal grösser und durchdringt jede Zelle im Körper.* Die magnetische Komponente ist etwa 5000-mal stärker als das Magnetfeld des Gehirns und kann mehrere Meter vom Körper entfernt mit empfindlichen Magnetometern nachgewiesen werden.

Das Herz erzeugt eine kontinuierliche Folge von elektromagnetischen Impulsen, in welchem das Zeitintervall zwischen jedem Schlag in einer dynamischen und komplexen Art und Weise variiert. Das allgegenwärtige rhythmische Feld des Herzens hat einen starken Einfluss auf Prozesse im ganzen Körper. Wir haben zum Beispiel gezeigt, dass sich die Rhythmen des Gehirns auf natürliche Weise mit der rhythmischen Aktivität des Herzens synchronisieren, und dass sich ebenfalls bei anhaltenden Gefühlen der Liebe oder Wertschätzung, sich der Blutdruck und der Atemrhythmus, wie die anderen Schwingungssysteme auf den Herzrhythmus einschwingen.

*(Die Übersetzung des Videos findet ihr unter dem Text)*

*Wir möchten hier einbringen, dass das Herzfeld als eine Trägerwelle für Informationen wirkt, die ein globales Synchronisationssignal für den ganzen Körper zur Verfügung stellt.* Konkret bedeutet dies, während pulsierende Wellen von Energie aus dem Herzen ausstrahlen, interagieren sie mit Organen und anderen Strukturen. Die Wellen codieren oder erfassen die Eigenschaften und die dynamische Aktivität dieser Strukturen in Mustern von Energiewellenformen, die durch den gesamten Körper verteilt werden. Auf diese Weise wirkt die codierte Information buchstäblich als „in-Form“ – gebend der Aktivitäten aller Körperfunktionen – um Prozesse im Körper als Ganzes zu koordinieren und zu synchronisieren. Diese Perspektive erfordert ein energetisches Konzept der Informationen, in denen Organisationsmuster in Energiewellen von Systemaktivität eingehüllt werden – verteilt im gesamten System.

Die Grundlagenforschung am HeartMath Institut zeigt, dass die Informationen, die mit dem emotionalen Zustand einer Person verbunden sind, ebenfalls durch den gesamten Körper über das elektromagnetische Herzfeld kommuniziert werden. Die Muster des rhythmischen Herzschlags verändern sich wesentlich, während wir verschiedene Emotionen erleben. Negative Emotionen wie Wut oder Frustration sind mit einem erratischen, ungeordneten, inkohärenten Muster im Herzrhythmus verbunden. Im Gegensatz dazu werden positive Emotionen wie Liebe oder Wertschätzung mit einem ausgeglichenen, geordneten, kohärenten Muster innerhalb der rhythmischen Aktivität des Herzens in Verbindung gebracht. Wiederum erschaffen diese Veränderungen im Schlagmuster der Herzens entsprechende Veränderungen in der Struktur des elektromagnetischen Feldes, welches durch das Herz ausgesendet wird und durch eine Technik messbar ist, die als Spektralanalyse bezeichnet wird.

*Im Einzelnen haben wir gezeigt, dass anhaltend positive Emotionen eine ausgeprägte Wirkungsweise zu ergeben scheinen, die wir psychophysiologische Kohärenz nennen.* Während dieses Modus‘ zeigen Herzrhythmen ein sinuswellenartiges Muster, und das elektromagnetische Herzfeld wird entsprechend besser organisiert.

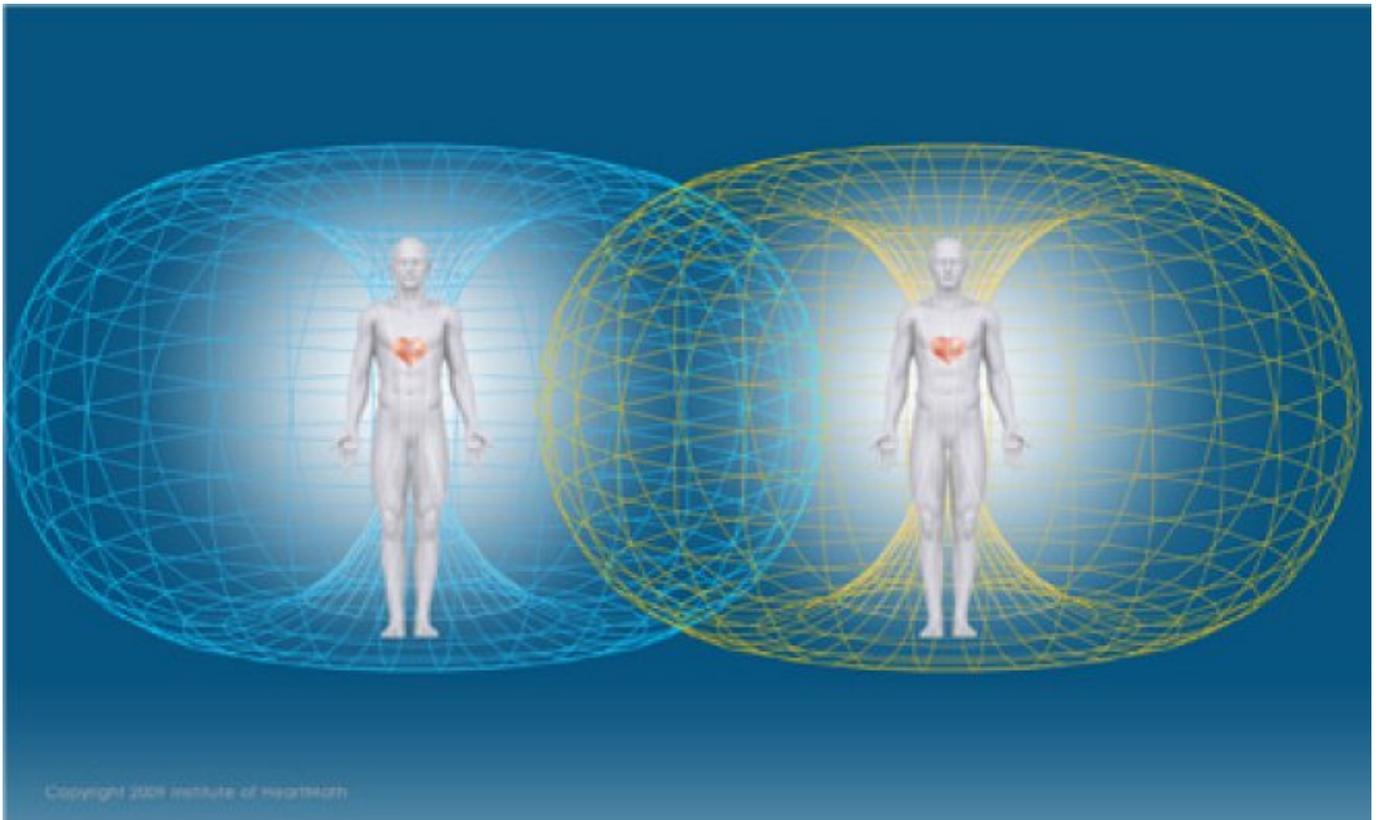
Auf physiologischer Ebene wird dieser Modus durch gesteigerte Effizienz und Harmonie in der Aktivität und den Wechselwirkungen der Systeme des Körpers charakterisiert. [1]

Psychologisch ist dieser Modus mit einer deutlichen Reduktion der internen mentalen Dialoge, der verminderten Wahrnehmung von Stress, der erhöhten emotionalen Balance und mit verbesserter mentaler Klarheit, intuitiver Einsicht und kognitiver Leistung verbunden.

Insgesamt deuten unsere Forschungen an, dass psychophysiologische Kohärenz eine bedeutende Rolle bei der Verbesserung des Bewusstseins spielt – sowohl für die körpereigene sensorische Wahrnehmung der Informationen, die wichtig ist, erforderliche physiologische Funktion auszuführen und zu koordinieren, als auch, um die emotionale Stabilität, die mentalen Funktionen und die absichtsvollen Handlungen zu optimieren. Darüber hinaus gibt es, wie wir gleich sehen werden, experimentelle Hinweise darauf, dass die psychophysiologische Kohärenz unser Gewahrsein und die Sensibilität für andere um uns herum erhöht. Das HeartMath Institut hat praktische Technologien und Werkzeuge geschaffen, die alle Menschen verwenden können, um die Kohärenz zu erhöhen.

### **Die Interaktionen der Herzfelder zwischen Individuen**

Die meisten Leute denken, soziale Kommunikation werde ausschliesslich durch offenkundige Signale wie Sprache, Stimmqualitäten, Gestik, Mimik und Körperbewegungen ausgedrückt. Allerdings gibt es nun Hinweise darauf, dass ein feines, doch einflussreiches elektromagnetisches oder “energetisches” Kommunikationssystem direkt auf Anstoss unseres Bewusstseins arbeitet. Energetische Wechselwirkungen tragen wahrscheinlich zu den “magnetischen” Anziehungen oder Abstossungen bei, die zwischen den Individuen auftreten und auch sozialen Austausch und Beziehungen beeinflussen. Darüber hinaus erscheint es, dass das Herzfeld eine wichtige Rolle bei der Kommunikation der physiologischen, psychologischen und sozialen Informationen zwischen den Individuen spielt.



Am HeartMath Institut durchgeführte Experimente haben bemerkenswerte Beweise dafür geliefert, dass das elektromagnetische Feld des Herzens Informationen zwischen Menschen übertragen kann. Wir waren in der Lage, den Austausch von Herzenergie zwischen Einzelpersonen zu messen, die sich bis zu 5 Meter entfernt voneinander befanden. Wir fanden ebenfalls heraus, dass die Gehirnwellen eines Menschen tatsächlich das Herzfeld einer anderen Person synchronisieren können. Darüber hinaus, wenn ein Individuum einen kohärenten Herzrhythmus erzeugt, geschieht häufig und fließender die Synchronisation zwischen den Gehirnwellen desjenigen und dem Herzschlag einer anderen Person. Diese Erkenntnisse bieten faszinierende Implikationen, die darauf hindeuten, dass Menschen in einem Zustand psychophysiologischer Kohärenz sich der codierten Informationen in den Herzfeldern der Menschen um sie herum bewusster werden.

*Die Ergebnisse dieser Experimente haben uns dazu veranlasst den Rückschluss zu ziehen, dass das Nervensystem als eine "Antenne" wirkt, die auf die elektromagnetischen Felder abgestimmt ist, die von den Herzen anderer Individuen erzeugt werden, und auf sie reagiert.* Wir glauben, dass diese Fähigkeit zum Austausch von energetischen Informationen eine angeborene Fähigkeit ist, die das Bewusstsein schärft und wichtige Aspekte der wahren Empathie und Sensibilität für andere vermittelt. Darüber hinaus haben wir festgestellt, dass diese energetische Kommunikationsfähigkeit gezielt verbessert werden kann, eine viel tiefere Ebene der nonverbalen Kommunikation, des Verständnisses und der Verbindung zwischen den Menschen erschaffend. Es gibt auch interessante Hinweise darauf, dass Herzfeld-Wechselwirkungen zwischen Mensch und Tier auftreten können.

Kurz gesagt, energetische Kommunikation über das Herzfeld ermöglicht die Entwicklung eines erweiterten Bewusstseins in Bezug auf unsere soziale Umwelt.

### **Das Herzfeld und die Intuition**

Es gibt ebenfalls neue Daten, die darauf hindeuten, dass das Herzfeld direkt an der intuitiven Wahrnehmung beteiligt ist, durch seine Kopplung an ein energetisches Informationsfeld jenseits der Grenzen von Raum und Zeit. Ein exaktes experimentelles Design nutzend, fanden wir zwingende Beweise dafür, dass sowohl das Herz als auch das Gehirn Informationen über ein zukünftiges Ereignis erhalten und darauf reagieren, bevor das Ereignis tatsächlich geschieht. Noch erheblich überraschender war unsere Erkenntnis, dass das Herz diese "intuitiven" Informationen vor dem Gehirn zu erhalten scheint. Dies deutet darauf hin, dass das Herzfeld an ein subtileres Energiefeld angeknüpft ist, welches Informationen über Objekte und Ereignisse entfernt im Raum oder vorwärts in der Zeit enthält. Von Karl Pribram und anderen als "Spektralbereich" bezeichnet ist dies eine wesentliche Ordnung potentieller Energie, die Raum und Zeit umfängt, und sie gilt als die Grundlage für unser Bewusstsein – „des Ganzen“.

## Soziale Felder

In der gleichen Weise, in der das Herz Energie im Körper erzeugt, meinen wir, dass das soziale Kollektiv der Aktivator und Regler der Energie in sozialen Systemen ist.

Eine Anzahl wegweisender Arbeiten zeigt, wie das Feld der sozio-emotionalen Interaktion zwischen einer Mutter und ihrem Kind zur Entwicklung des Gehirns, der Entstehung des Bewusstseins und für die Bildung eines gesunden Selbstverständnisses wesentlich ist. Diese Interaktionen werden entlang zweier verwandter Dimensionen organisiert – der Stimulation der Emotionen des Babys und der Regulierung der gemeinsamen emotionalen Energie. Zusammen bilden sie ein sozio-emotionales Feld, durch das enorme Mengen an psycho-biologischen und psychosozialen Informationen ausgetauscht werden. Die kohärente Organisation der Mutter-Kind-Beziehungen, die dieses Feld bilden, ist von entscheidender Bedeutung. Dies geschieht durch aufgeladene Wechselwirkungen, am wichtigsten mit positiven Emotionen (Liebe, Freude, Glück, Aufregung, Wertschätzung, etc.) und diese werden in einem hoch synchronisierten, gegenseitigen Austausch zwischen diesen beiden Individuen strukturiert. Diese Muster werden in das Gehirn des Kindes eingepreßt und beeinflussen somit die psychosoziale Funktion das ganze Leben hindurch.

*Ausserdem dokumentierte einer von uns in einer Langzeitstudie von 46 sozialen Gruppen, wie Informationen über die globale Organisation einer Gruppe – das kollektive Gruppenbewusstsein – von einem energetischen Bereich der sozio-emotionalen Bindung an alle Mitglieder übertragen zu werden scheint.* Die Daten, die über die Beziehungen zwischen jedem Paar von Mitgliedern gefunden wurden, erschaffen als Ganzes ein genaues Bild von der sozialen Struktur der gesamten Gruppe. Die kohärente Organisation der sozialen Struktur der Gruppe wird mit einem Netz von positiv geladenen Emotionen (Liebe, Aufregung und Optimismus) assoziiert, die alle Mitglieder verbindet. Dieses Netzwerk von positiven Emotionen erscheint ein Feld der energetischen Verbindung zu bilden, in die Informationen über die soziale Struktur der Gruppe codiert und in der gesamten Gruppe verteilt werden. Bemerkenswert ist, dass ein genaues Bild von der gesamten sozialen Struktur der Gruppe aus Informationen gewonnen wurde, die nur aus den Beziehungen von Paaren von Individuen stammen. Wir glauben, dass der einzige Weg durch den dies möglich wird, ist, dass Informationen über die Organisation der gesamten Gruppe an alle Mitglieder der Gruppe über ein energetisches Feld verteilt werden. Eine solche Korrespondenz von Informationen zwischen Teilen und dem Ganzen ist mit dem Grundsatz der holographischen Organisation konsistent. [2]

## Synthese und Implikationen

Einige der Organisationsfunktionen des Herzfeldes, in zahlreichen Studien des HeartMath identifiziert, werden auch durch alle aus unserem hypothetischen sozialen Feld gemeinsam genutzt. Jeder Einzelne ist ein Energiefeld, in den die Wellenformen der Energie die Eigenschaften der Objekte und Ereignisse einkodieren während sich die Energie durch das gesamte System bewegt. Dies erschafft eine nicht-lokale Ordnung der energetischen Informationen, in dem jede Position des Feldes ein umfassendes Image der Gesamtorganisation in diesem Moment enthält. Die Organisation und die Verarbeitung von Informationen in diesen Energiefeldern lassen sich am besten innerhalb der Bedingungen der holographischen Quantenprinzipien verstehen. [3]

Eine weitere Gemeinsamkeit ist die Rolle der positiven Gefühle, wie Liebe und Wertschätzung, in Kohärenz zu erzeugen – sowohl im Herzfeld wie in den sozialen Bereichen. Wenn die Bewegung der Energie absichtsvoll fließt, um eine kohärente, harmonische Ordnung zu bilden, sind die Integrität und der Fluss der Informationen optimiert. Dies wiederum erzeugt stabile, wirksame Systemfunktionen, die Gesundheit, psychosoziales Wohlbefinden und absichtsvolle Handlung in der individuellen oder sozialen Gruppe verbessern.

Herzkohärenz und soziale Kohärenz wirken ebenfalls gegenseitig verstärkend. Wenn Individuen innerhalb einer Gruppe ihre psychophysiologische Kohärenz erhöhen, steigen ebenfalls die psychosoziale Abstimmung und wiederum die Kohärenz der sozialen Beziehungen. In ähnlicher Weise kann die Schaffung eines kohärenten sozialen Feldes einer Gruppe helfen, die Erzeugung und Aufrechterhaltung der psychophysiologischen Kohärenz ihrer Individuen zu unterstützen. Daraus resultiert ein erweitertes, vertieftes Bewusstsein und Gewahrsein – sowohl der internen physiologischen, emotionalen und mentalen Prozesse des Körpers, als auch der tieferen, latenten Abläufe, die in die uns umgebenden Energiefelder eingebettet sind. *Dies ist die Basis von Selbstbewusstsein, sozialer Sensibilität, Kreativität, Intuition, spiritueller Einsicht und Verständnis von uns selbst und allem, womit wir verbunden sind.* Ausschliesslich durch die absichtsvolle Erzeugung von Kohärenz – sowohl im Herzen wie im sozialen Bereich, kann die kritische Verschiebung auf die nächste Stufe des planetaren Bewusstseins auftreten, die uns in Harmonie mit der Bewegung des Ganzen bringt.

*Hier folgt die Übersetzung des Videos oben:*

*Jeden Moment eines jeden Tages hat unser Herz eine Konversation mit unserem Gehirn. Jedes menschliche Herz ist umgeben von einem Energiefeld. Diese Feld hat einen Durchmesser von 2-3m und kann nun mit Methoden gemessen werden, die für uns sehr nützlich sind. Das HeartMath Institut hat Geräte entwickelt, die dieses Feld in jedem Moment messen können. Dieses Feld sendet in stets Signale an euer Gehirn und sagt ihm, was für Energien an euren Körper zu senden sind. In jedem Moment eines jeden Tages gibt es ein Signal eures Herzens zu eurem Gehirn.*

*Als ich in der Schule war haben wir gelernt, dass diese physische Realität aus Atomen gemacht wird, die wie kleine Sonnensysteme aussehen, wie Modelle davon. Die Teilchen in der Mitte, Nukleus genannt, werden von anderen umgeben, Elektronen genannt. Mittlerweile wissen wir, es sind weniger einfach Teilchen, die von anderen Teilchen umrundet werden, sondern Konzentrationen von Energie innerhalb der RaumZeit.*

*Man kann dies nicht scharf abgrenzen, was sehr wichtig ist. Für die Wissenschaftler und aus Sicht der Physikbücher ist dies keine Überraschung. Wenn man also das Feld ändert, indem*

*das Atom lebt, verändert man das Atom. Du kannst das Feld elektrisch ändern oder eben magnetisch.*

*Innerhalb der Bedingungen der Änderung (Zeemaneffekt, Stark-Effekt, andere gut dokumentierte Effekte) wissen wir, dass sich das elektrische und das magnetische Feld verändern. Obwohl dies technisch klingen mag und nicht relevant erscheint, ist es tatsächlich äusserst relevant.*

*Unser Herz ist der stärkste elektrische und magnetische Biogenerator in unserem Körper. Unsere Herzen erzeugen stärkere elektrische und magnetische Felder als unsere Gehirne. Das magnetische Feld ist 5000 mal stärker, das EKG unseres Herzens hundertmal stärker als das EEG unseres Gehirns. Unter den Informationen, wie sie von den Wissenschaftlern vermittelt werden, gibt es keine Ansicht dazu, dass diese Felder existieren könnten.*

*Somit ist dieses Feld, die Matrix, ein Intelligentes, nicht-Konventionelles. Es arbeitet nicht wie Elektrizität oder Sendeübertragung, vielleicht hat es deswegen so lange gedauert, bis verstanden wurde, wie diese Energie arbeitet.*

*All unsere Geräte wurden nicht gebaut, um jene Energie zu detektieren.*

*Jenseits jedes begründbaren Zweifels zeigt uns die neue Wissenschaft, dass unsere Herzen wahrlich mehr tun, als eine einfache Pumpe zu sein, die Blut durch unseren Körper pumpt. Wir können eine Maschine bauen, wo das Blut künstlich gepumpt wird.*

*Wir verstehen jetzt, dass unser Herz wirklich viel viel mehr tut, als einfach Blut zu pumpen.*

*Unser Herz hat buchstäblich sein eigenes Gehirn. Es wird als neuronale Intelligenz bezeichnet. Dies ist unsere Herzintelligenz, die unsere Vorfahren bereits verstanden haben. Jetzt geben wir dem eine neue Bedeutung, welche Rolle unsere Herzen in unserem Leben spielen.*

*Unsere physische Welt besteht aus Energiefeldern, elektrischen und magnetischen Energiefeldern.*

*Was unsere Wissenschaft uns nun zeigt ist, dass unser Gehirn zwar von grosser Bedeutung ist, doch ... Als ich zur Schule ging lernte ich, dass unser Gehirn der Meister ist.*

*Nun ist es interessant genug, dass unser Gehirn nicht das erste Organ ist, das den menschlichen Körper formt. Es ist das Herz.*

*Während sich das Organ entwickelt, beginnt es die Chemie vom Rest des Körpers zu regulieren. Was wir jetzt wissen ist, dass das Herz die Signale zum Gehirn aussendet, die die Chemie im Gehirn antriggert, um in den Körper geleitet zu werden.*

*Das elektrische Signal zwischen dem Herzen und dem Gehirn ist der Schlüssel, um diese Beziehung zu verstehen. Wenn wir uns in dem befinden, was als Kohärenz bezeichnet wird, und erfahren, was man messen kann als 0,10 Zyklen pro Sekunde, wenn wir die Gefühle fühlen, die uns erlauben, dies so zu fühlen.*

*Das ist unser Kohärenzoptimum. Das gibt unserem Gehirn lebensbejahende Chemie in den Körper, heilende Stoffe, unser Immunsystem wird erheblich verstärkt, Anti-Aging-Hormone erhöhen sich um 100 Prozent während nur 3 Minuten, nachdem wir dieses Gefühl haben.*