



## **DER MENSCHLICHE REGENWALD DER SEELEN: DAS GROSSHIRN KANN NICHT ALLES, EMOTIONEN EBENSO WENIG!**

MIT DEM GROSSHIRN GIBT ES BEI ALLEN THEMEN RUND UM DIE ANGST KEINE LÖSUNG UND MIT EMOTIONEN EBEN SO WENIG.

Sind Sie damit einverstanden, wenn ich ganz allgemein sagen würde: In der Ruhe liegt die Kraft? Ich nehme an, es wäre nicht gross dagegen etwas einzuwenden. Und nun frage ich Sie: Wo bitte finden wir denn diese Ruhe, in der die Kraft liegen soll? Damit meine ich nun nicht in welchem Kurs. Ich meine in welchem Areal im System Mensch, in welchem Hirnteil? Im Grosshirn nicht, nein. In den Emotionen des limbischen Systems? NEIN! Emotionen sind aufregend, fantastisch, toll, schrecklich, je nach Situation. Sie gehören zum Leben und wer sie nicht unterdrückt, sondern im Fluss des Erlebens mit den entsprechenden Emotionen sein kann, sie spürt, auch zeigen kann und einen guten Kontakt dazu hat, ohne darin zu ertrinken, den bezeichne ich als erwachsen und psychisch gesund. Dies also zum Thema der Emotionen. Herr Jung, Freud, Reich, Adler geben mir recht. Bleibt aber immer noch die Frage, woher diese ersehnte innere Ruhe, dieser Kraftort kommt, den Yoga, Meditation und andere Methoden versprechen. Also, mal ganz konkret: Woher kommt die Ruhe, eine innere Kraft, eine tiefe Stabilität? Hat das einen andern Ursprungsort im Hirn? Und ich sage ganz glasklar JA!!! Gehen wir zu neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen und schauen, was neueste Forschung sagt, dann landen wir in der Neurobiologie, welche das autonome Nervensystem in den Vordergrund stellt, nicht mehr die Emotionen. Entschuldigen Sie, aber ich sage, Emotionen sind veraltet. Denken Sie um. Hier findet sich keine Lösung für Ängste! Dr. Van der Kolk oder Dr. Peter Levine und viele andere Wissenschaftler, Psychiater und Neurologen sind Vorreiter auf diesen Gebieten.

Schauen wir uns die Thematik kurz physiologisch an.

## **AUS DER RUHE KOMMT DIE KRAFT :**

Was bewirkt, dass Ruhe oder Aufregung kommen und gehen? Wie passiert das? Damit landen wir beim autonome Nervensystem welches autonom und instinkthaft ermöglicht, dass wir kämpfen oder flüchten können. Im ÄLTESTEN Teil unseres Hirns. OHNE JEDE EMOTION und OHNE JEDES DENKEN. Hier geht es nur um eine Aktivierung höchster Energie und umgekehrt um eine Deaktivierung, Entspannung und tiefste Ruhe bis zu Schlaf. In Lichtgeschwindigkeit mobilisiert dieser Ort, bezw. das entsprechende Nervensystem reflexartig die Energie die wir brauchen, um unser Leben retten zu können. Ein geniales und hochsensibles Alarm und Überlebens-System. Hier liegt im Hirnstamm über das autonome Nervensystem die Fähigkeit von Kampf und Flucht einerseits und Schlaf und Ruhe andererseits. Und nun haben wir es: Hier geht es also auch um die Steuerung der Ruhe! Und genau hier liegt eine der vielleicht wichtigsten Antworten für eine seelische, geistige und körperliche, nachhaltig menschliche Gesundheit für die Zukunft. Die Zukunft menschlichen Daseins muss nebst der Intelligenz im Grosshirn, nebst der Möglichkeit einer künstlichen Intelligenz und nebst der Möglichkeit der Emotionen den ältesten Teil des Hirns neu nutzen und verstehen lernen. Und zwar nachhaltig!!! Dringend sage ich. Sonst häuft sich der Plastikmüll in Menschenseelen an wie der Plastik, der anfängt Meere zu überschwemmen. Helfen Sie bitte mit. Genau hier liegt die grosse Kraft, die tiefe innere Ruhe, welche dringend nötig ist in einer Zeit, die immer unsicherer wird. Hier findet sich über das autonome Nervensystem eine innere Kraft, ein innere grosse Ruhe, eine innere tiefe Sicherheit, ein Vertrauen in die innere Wahrheit, ein Vertrauen in ein inneres grosses Wissen. Meditation oder Yoga können dazu beitragen. Allerdings nur beitragen, nicht direkt damit arbeiten. Mit diesem Teil ganz gezielt zu arbeiten, den Wechsel von Spannung und Entspannung elastisch werden zu lassen (Resilienz), darum geht es hier. Es ist der Ort, der Menschen in sich selber spüren lässt, was stimmig und wahr ist. Es ist der Ort, der Menschen nicht manipulierbar macht. Es ist der Ort, der eine innere Sicherheit gibt. Der Ort, der handlungsfähig macht, auch in Krisen. Es ist der Ort der Kraft und der Ort innerer Ruhe. In meinen Augen ist es der Ort des Grals und tiefster Spiritualität gleichzeitig. Der wunderbare lebendige menschliche Regenwald. Lassen Sie ihn uns retten...

Die Methode The Human Key© benutzt im Zusammenhang der Themen von Angst, Stress, Resilienz und allgemeinen Lebensfragen einen entsprechenden biologischen Ansatz mit dem Erkennen dieser aufdeckbaren, inneren Instinkt-Körpersprache im ältesten Teil des Hirns. Die Methode führt mit dem Körper, mit Worten, mit gezielten Frequenzen des Regenwaldes, mit Sängerkormanten, manchmal auch mit der Stimme direkt in das autonome Nervensystem im ältesten Hirnteil, welches für Atmung, Herzschlag, Schweißproduktion, Hormone und mehr zuständig ist. Damit lernen Sie eine "zuverlässig neue, innere Sprache" kennen, welche Sie stark, energievoll, handlungsfähig, hoch resilient, stimmig mit sich selbst und reaktionsfähig macht. Ich entwickelte aus 30 Jahren Erfahrung eine Methode, die unterschiedliche Erkenntnisse aus altem und neuem heilenden Wissen zusammenführt und damit Biologie, Natur, neurobiologische Wissenschaft, Psychologie, Philosophie, Körperarbeit, Akustik und heilende Elemente der Stimme zusammen verbindet. Es betrifft alle Gebiete im Zusammenhang mit Ängsten und damit mit Stress, Unruhe, Schlafstörungen und sehr vielem mehr.

**Interessiert? Kontaktieren Sie mich für eine unverbindliche & kostenlose Erst-Beratung im Wert von CHF 100.- für eine halbe Stunde. Persönlich, per Telefon oder per Skype. +41 79 339 19 19 / info@dogmafree.ch**



**THE HUMAN KEY**  
New biological  
concept